قواعد

التربية الثلاثون

د. داليا الشيمي

يصدر عن:



ت: ٠١٠٩٧٥٥٣٣٢٨

١ ميدان التحرير - القاهرة - مصر

الإشراف علي النشر:

طارق رمضان فارس

الطبعة الأولى/ ٢٠١٧

الطبعة الأولى
2017

إسم الكتاب:	قواعد التربية الثلاثون
تأليف:	د/ داليا الشيمي
التنسيق والإخراج الداخلى	أحمد عبد الحليم
مصمم الغلاف	كريم المصري
المراجعة اللغوية	هناء أمين
رقم الإيداع:	٢١٩٨٩ / ٢٠١٧
الترقيم الدولي:	978 – 977 – 852 – 057 – 6

قواعد التربية

الـ30

التربية النفسية للأطفال

تأليف

د. داليا الشيمي

دكتوراه في علم النفس

خبير الإرشاد النفسي والتربوي



إهداء

إلى روح أبي الطيب .. مصطفى الشيمي

أشهد اللّه أنك سعيت وقدمت لنا كل ما يمكن لإخراج أبناء يستطيعون السير في الحياة وحدهم، وكأنك فهمت من بداية توليك وظيفة أب أنك راحل وأننا باقون بعدك!! عملت ما أدركناه حينها وما لم نفهمه في وقتها، ولكن احتجنا زمنا لنفهمه ونُقدر!!!

لم نقدم لك ما تستحقه مهما فعلنا لكن أتمنى أن تصلك دعوة أم أو أب يقرأ كتابي هذا ويقوم على بناء أولاده.. يبني فيهم ما ينفعهم ويخرجهم أسوياء .. رحمك اللّه رحمة واسعة فلك الفضل علينا بدايةً من اختيار أمنا إلى كل فعل وعاطفة وفكر قدمتهم لنا..

مقدمة

لا يختلف اثنان على ما يتكبده كل أب وكل أم كي يوفروا لأبنائهم كل ما يحتاجونه في سبيل سعادتهم وقضاء حاجاتهم كل على حسب إمكاناته، وقدراته، ومفاهيمه عن هذه الاحتياجات، وهو ما يجعلك تجد أنواعا مختلفة من طرق إشباع هذه الاحتياجات، وأيضًا مستويات مختلفة منها.

لكن الحقيقة التي رأيتها خلال سنوات عملي الطويلة في الإرشاد النفسي للكبار والتربوي للأطفال هو ما يمكن أن أسميه خللا في إشباع الحاجات النفسية للأطفال، والذي يظهر - للأسف - على مختلف المستويات الاجتماعية بما تشمله من تعليم ووظيفة وطريقة حياة، وإن شئت قل طبقة اجتماعية، وكذلك مختلف المستويات الاقتصادية،

وربـما يشــمل أيضًــا مختلــف الثقافــات التــي أتحــرك فيهــا ببعــض الــدول العربيــة، بعــض هــذا الخلــل ينتــج عــن «جهــل» بالاحتياجــات النفســية للطفــل وكيفيــة إشــباعها، والبعــض الآخــر يتــم نظــرًا للتقليــل مــن أهميــة هــذه الحاجــات أمــام الحاجــات الماديــة الأخــرى التــي يســعوا جاهدين لإشــباعها!!!

ولذلــك .. ســوف نتنــاول في هــذا الكتــاب بعــض الأمــور التــي تؤثــر عــلى نفســية الطفــل والتــي نجــد لهــا تأثــيرًا يصــل إلى أن يلقــي بظلالــه عــلى ســنوات عمرهــم المتأخــرة، فليــس بغريــب علينــا في المجــال مثــلًا أن نجــد ســيدة متزوجــة لديهــا مشــكلة زوجيــة حــادة، حــين نرجــع إلى أصــل المشــكلة نجــد أن بدايتهــا في التربيــة، أو يشــكو رجــل مــن اكتئــاب في عمــر متأخــر ونجــد أن أساســه مفهــوم خاطــئ في التربيــة، أو احتيــاج لم يُشــبع كــما يجــب!!!

ســوف أتنــاول كل الأشــياء التــي يمكــن أن تؤثــر في نفســية الطفــل مــن بدايــة تكوينــه كجنــين وعــبر المراحــل المختلفــة.

ولكي نوضح أهمية ذلك وأن التربية النفسية ليست رفاهية، سوف أسوق بعض الحالات الناتجة عن غياب الاهتمام بالنواحي النفسية والتي تؤثر على مختلف جوانب الحياة، ربما اتضح لنا أهميتها ودفعتنا إلى مزيد من الاهتمام بها، سوف أسمعك صوت ابنك وهو يحكي عنك، سوف أورد لك حالات - بالطبع مع أخذ كل الاحتياطات لاحترام خصوصيتها- توضح لك تأثير ما تقوم به، سأنقلها نقلا بعباراتها وانفعالاتها كي تصلك كما هي، ربما يحقق لك ذلك تأثيرا أكبر من مجرد النقل العلمي للمعلومات في صورة جامدة.


القاعدة الأولى

القبول والرفض أثناء الحمل

يعتقـد البعـض أن الاهتـمام بنفسـية الطفـل يبـدأ مـن ميلاده ووعيـه لمـا يتـم نحـوه، لكـن الحقيقـة أن العلـم أدى بنـا إلى فهـم أن الطفـل يبـدأ في التفاعـل مـع البيئـة مـن حولـه منـذ أن يـدب الله سـبحانه وتعـالى فيـه الـروح، ويصبـح مشـاركًا في الحيـاة حتـى لـو مخفـي عـن أعيننـا!!

فقـد لوحـظ أن الطفـل الـذي يـأتي كـما تصفـه بعـض الأسر «غلطـة»، أو كانـوا وقـت الحمـل فيـه غـير راغبـين في الأطفال، أقـل ثقـةً بالنفـس وأكثـر حساسـية مـن الطفـل الـذي جـاء مرحبًـا بـه والأسرة مسـتعدة لوجـوده.

وتختلـف تأويـلات هـذا الأمـر تبعًـا للتوجهـات المختلفـة، فالبعـض يذهـب إلى التغـير الفسـيولوجي السـيئ لـلأم أثنـاء الحمـل فيـه وعـدم اكتراثهـا بصحتهـا نظـرًا لعـدم الرغبـة

في الطفل أصلا، والبعض يذهب إلى أن الموضوع ليس فسيولوجيًا البتة، بل هو نفسيا تمامًا حيث إن الأم الرافضة للطفل تعطيه دائمًا كلمات سلبية دون أن تدري، وتحدثه عن نفسه بأنه شخص جاء غير مرغوب فيه وكأنه فعل لا إرادي!!

والحقيقة أننا في العلم لا يمكن أن نفصل هذا عن ذاك فكل ما هو نفسي إما أنه انعكاس لفسيولوجي دماغي، أو كل ما هو فسيولوجي دماغي ناتج عن سبب نفسي.

ولكن يبقى المؤكد لدينا أن الرفض يصل إلى الطفل منذ تكوينه، ولعل أشهر الحالات التي قابلتها في حياتي المهنية الباكرة، ربما من ١٦ عامًا تقريبًا، كانت لأم تعمل في مجال يعتمد على شكل جسمها بدرجة كبيرة، بعد أن أنجبت طفلها الأول وضعت كل الاحتياطات التي تجعلها لا تكرر هذه التجربة لتعود لمجال عملها الذي توقفت عنه لمدة ٣ سنوات، كلما حاولت أن تترك ابنها فيها أخافوها من تعرضه لأزمة نتيجة انشغالها، ولم يتيسر لها العمل المناسب الذي تظهر فيه، حتى عدلت جسمها، وأعادت لنفسها كل

متطلبات المهنة ودربت مساعدة لتقوم على رعاية طفلها، وجهزت كل الأدوات التكنولوجية لمتابعته وهي في الخارج. مضت تعاقدات تبدأ فيها بعد عدة أشهر استعداد، وهو ما اعتبرته إخراجًا لها من الاكتئاب، واحتفالا بهذه المناسبة سافرت مع زوجها في إجازة للاحتفال، رغم كل احتياطاتها عادت لتكتشف بعد أسابيع قليلة أنها حامل، حاولت التخلص من الطفلة لكن لم تتمكن من ذلك نظرًا لمشكلات صحية ورفض زوجها وأهله، فكانت الطامة الكبرى لها، بالطبع لم نعرف ذلك إلا حينما حكته هذه الأم متأخرًا حين كانت ابنتها المراهقة تأتينا بشكاوى لا تنتهي من علاقات فاشلة مع شباب أقل من مستوى حياتها ينصبون عليها بدافع الحب، وتعرضت مرتين للسجن بسبب أحدهم إلا أن عناية الله كانت تنجيها في اللحظات الأخيرة، فمنهم من كان يهددها بصور لها في عمر الرابعة عشر، ومنهم من كان يأخذها الرحلات هربًا من المدرسة لتحمل له مخدرات الرحلة لأن الشرطة ستقوم بتفتيش الولاد على الطريق لكن البنات لا يقوموا نحوهن بذلك...

ومـع تكـرار المشـكلات والمحـاولات مـع الفتـاة قمنـا بعمـل بعـض الاختبـارات لهـا، فأكـدت الاختبـارات والمقابلـة الإكلينيكيـة بـما لا يـدع مجـالًا للشـك أن الفتـاة تشـعر بأنهـا مرفوضـة، ولديهـا نقـص شـديد في قيمـة الـذات والثقـة بالنفـس، وحـين كنـا نناقـش الأم التـي كانـت تـترك عملهـا وتحـضر الجسـات بانتظـام قالـت: «مـش عارفـة منـين ممكـن ييجـي لهـا الشـعور بالرفـض وعـدم الثقـة بالنفـس الـلي أنـا مـش هاخبـي عليـكِ، باشـوفه أنـا كـمان لمـا ألاقيهـا مختـارة ولـد صعلـوك لا يتناسـب مـع عيلـة أمهـا ولا عيلـة أبوهـا، بـس الحقيقـة باسـتغرب قـوي فـوق مـا تتخيـلي، بنتـي «فلانـة» معاهـا فيـزا مـن وهـي ١١ سـنة، معاهـا سـواق خـاص لأن إنـتِ عارفـة شـغلي ماهـوش مواعيـد، باخـد رأيهـا في كل شـغلي مـن وهـي طفلـة لدرجـة إن النـاس بتقـول عـليّ مجنونـة، وحمـاتي طبعًـا، لأني جايـة مـن ثقافـة مختلفـة، هريـاني تريقـة وهـي صغـيرة عشـان اهتمامـي بيهـا .. فـين بقـى الـلي يخليهـا حاسـة إنهـا مرفوضـة، باباهـا مـش قـادرة أقـول لـك لغايـة دي الوقـت لمـا بيرجـع مـن أي سـفرية، فيـه (لسـتة) ليهـا، وطـول مـا هـو في البيـت قاعـدة عـلى رجلـه ....».

ظلت السيدة تحكي كل شئ .. كل تفصيلة، حتى توقفت وقالت: أنا هاتجنن .. أنا من بعد الميلاد، ولما جَت وبقيت أمر واقع وأنا خلاص قبلت بنصيبي وقلت خلاص هاقعد تاني سنتين ليها عشان حقها وبعدين أرجع، وآخر دكتور رحت له عشان أنزلها رجعت من عنده مسلمة أمري لله، وجوزي قال لي نسافر لحد تاني، قلت له لأ خلاص كفاية يمكن الولد دي يكون رسالة ويمكن حظ «فلان» ابننا إنه يكون له أخ .. أصل يعني مش معقولة يا دكتور تكون حاسة إنها مرفوضة عشان ما كنتش عايزاها وهي في بطني!!!!».

صمتت السيدة فترة طويلة، لا يوجد سوى دموعها التي تنهمر دون سيطرة منها عليها، ولا حتى تقوم بمسحها، ولم أحاول قطعها حتى انتهت ثم قالت وهي تبكي ولا تنظر لي: أنا كنت باقول له قبل ما أعرف إنها بنت .. والله يا ابني إنت أكيد رزق بس مش في الوقت المناسب، أنا باتجنن على ريحتكم وأنا الوحيدة إلى خلفت في إخواتي التلاتة بس مش بإيدي إني ما ابقاش عاوزاك، يا ريتك إنت تنزل لوحدك من غير ما أحتاج عملية، أنا

هاموت من قعدة البيت، إديني بس فرصة أستعيد نفسي ... آآه يا دكتورة!! أنا وهي في بطني كنت باقول لها مش عايزاكِ.. معقول ده يزرع فيها الرفض ده؟!! وبصراحة الشهور الأولى كنت باقول لها سهر تاني وقرف تاني، كنت مش بالحق أنام، والبنت اللي بتساعدني واخدة مني الولد أخوها وحاسة الدنيا بتضيع مني، آآآه .. استني .. مرة مرضت بالليل وقلت لزوجي إني مش هانزل للدكتور، خدها وديها، كان ابني اليوم ده مش عاوز ييجي لي ومفضل إنه يقعد مع البنت اللي أنا مدرباها عشان تقعد معاه لما كنت باخطط لنزول شغلي .. وقتها جوزي شد معايا وقال لي إنتِ الأم، الدكتور هيسألني عن الرضاعة والنوم هاقول له إيه؟!! تعالي معايا .. فقلت له أنا قلت لها من وهي في بطني أنا مش عايزاها، أعمل إيه تاني؟ بس يا دكتورة بعدها بكام شهر مافيش رجعت خسيت خالص، وهي رفضت الرضاعة بسرعة فأنا بقيت متحررة عنها، يمكن قبل الست شهور كنت باقدر أنزل وأسيبها، وكانت لطيفة مش بتعيط ولا حاجة، لكن الكارثة لو النونو وهو لسه في بطني يفهم الكلام اللي باقوله.

كانت هذه الحالة هي الحالة الأولى التي تأتيني لتثبت تأثير الرفض في الحمل على ثقة الطفل بنفسه وشعوره بالقبول، ثم جاءت بعدها عدة حالات منهن حالة قريبة لظروف هذه السيدة، لكن ابنتها كانت متورطة في المخدرات وفي زيجة غير متكافئة..

ومن هنا كان ضروريًا لنفسية الطفل أن نحافظ على شعورنا نحوه أثناء الحمل فيه، ليس فقط من ناحية الاهتمام به من حيث التغذية أو المتابعة الطبية للأم، لكن من خلال ما نقوله له والذي يتضمن كلمات تعبر عن انتظارنا له، الحكي له عن شكل التجهيز لحضوره، تسميعه لصوت الأب، ولو له إخوات ووضع أيديهم عليه برفق ليتعرف عليهم بسهولة حين يخرج، البعض يذهب إلى مشاركته الحياة اليومية حتى يتعرف على نظام الأسرة..

وبالطبع ستجد اختلافات في كيفية تهيئته، لكن ما لا يختلف عليه معظم العاملين في الحقل النفسي والتربوي الآن هو ضرورة توصيل فكرة القبول لوجوده من فترة وجوده داخل بطن أمه.


القاعدة الثانية

اسم الطفل و«كنيته»

اسم الإنسان هو الشئ الذي يبقى معه حتى يذهب هو ويبقى اسمه، لأنه يتحرك في الحياة مقرونًا بعمل أو بابن أو بوظيفة حتى بعد أن يرحل صاحبه.

وفي السنوات الأولى وخاصةً في المجتمعات العربية، التي تتعامل مع غير المعروف بالنسبة لها بالسخرية والتهكم، حتى دون الاستغراب مثلا، يبقى اسم الطفل أحيانًا سجنًا لا يجد الطفل فكاكًا منه، ولا يختلف الأمر عن الكُنية أو اسم الدلع الذي يسبب للطفل إيذاءً بين رفاقه، لا والله بل يتعدى الأمر ذلك إلى الكبار الذين يتعاملون مع الأطفال في سنواتهم الباكرة، كالمدرسين أو مدربي الأندية أو غيرهم ممن يؤثرون فيه بشكل كبير باعتبارهم خبراته الأولى في التعامل مع المجتمع الإنساني.

فمنذ سنوات كنت أحد القائمين على تأهيل الأطفال المتسربين من التعليم في المناطق العشوائية، وكان المشروع ضمن عمل إحدى الجمعيات، ومن بين الحالات التي قابلتها طفلة قيل لي إنها ذكية جدًا ولا يوجد ما يمنعها من المدرسة، كنا نقابل أولياء أمور هؤلاء الأطفال ثم نحاول اللقاء بهم في لقاءات مجمعة وفردية، قالت والدة هذه الطفلة إنها كرهت المدرسة فجأة ولا تعرف لماذا حدث ذلك، وأوضحت أنها عملت معها كل ما يمكنها لإعادتها العام الماضي لكنها لم تنجح في ذلك، وهذا ما قالته الأم مع تبديل بعض الكلمات بما يصلح للكتابة .. «والله يا أبلة أنا احترت فيها واحتار دليلي، عملت معها كل حاجة، لكن بنت ... ، دماغها زي ... ، ضرْب ضربتها.. حرق حرقتها .. مش هاضحك عليكِ مش عايزاها تطلع تعبانة زيي، ما أنا أهوه متمرمطة في بيت اللي يسوى واللي ما يسواش، وفيه أبلة من اللي باروح لهم تقول لي إلا تعليم بنتك يا «فلانة»، وأنا حاولت لدرجة فكرت – لا مؤاخذة – لما اتكلمت مع ناس متعلمة إن ممكن يكون

حـد عمـل فيهـا حاجـة، سـألتها وكنـت هاخدهـا لدكتـورة حبيبتـي بـاروح أغسـل لهـا السـجاجيد تبـص لي عليهـا تشـوف لـو حـد عمـل فيهـا حاجـة، بـس بقلبـي كـده حسيت مافيـش حاجـة لدرجـة إنهـا كانـت بـت..... عـلى روحهـا أول مـا تدخـل بـاب المدرسـة، هادخلهـا بصنانهـا عـلى الأبلـة والعيـال يضحكـوا عليهـا؟!!».

طلبـت منهـا مقابلـة الطفلـة، وإنهـا هاتيجـي تقعـد معايـا وأنـا هاطلـع آخدهـا، وبعـد محـاولات مـع الطفلـة عرفـت إن الحـكاوي كلهـا في سـخرية المدرسـين والعيـال مـن اسـمها، وإنهـا خافـت تقـول عـلى «الأبلـة» احسـن تضربهـا، حقيقـي اسـم الطفلـة كان لافـت نظـري، ليـه اسـم طفلـة يبقـى كـده؟!! وإن مـن بـاب الإحسـان لأولادنـا إننـا نسـميهم أسـامي لا تضرهـم نفسـيًا ولا تجعلهـم مـادة للسـخرية، فحـين سـألت الأم عـن اسـم البنـت ولمـاذا سـمتها بـه، علـمًا بأنهـا بتدلعهـا في البيـت باسـم تـاني، لكـن طبعًـا في المدرسـة لابـد مـن الاسـم الموجـود في شـهادة الميـلاد، فقالـت الأم: والله أنـا عارفـة إنـه اسـم زي الزفـت، بـس أنـا لمـا خلفتهـا كنـت تعبانـة

قوي وجوزي هو اللي راح سجلها، إنتِ عارفة يا أبلة ده اسم خالة جوزي، ماتت صغيرة محروقة بعيد عنك وعن حبايبك، ولما حماتي زعلت عليها قالت نفسي حد يسمي اسمها، وهو طبعًا كان موجود على أيامهم بس طبعًا على أيامنا العيال بيتنقوروا على بعض.

كان الحل إننا نطلب من الأم إن حد يساعدها على تغيير اسم البنت، ولغاية ما ده يحصل ممكن تغير لها المدرسة وتتفق مع المدرسين لتغييره في الاستخدام الدراسي اليومي.

هذه لم تكن المرة الأولى ولا الأخيرة التي أواجه فيها هذه المشكلة، فقد كنت منتدبة للتدريس بقسم علم النفس لعدة سنوات، وأثناء الجزء العملي لأحد المواد أبلغت الطلاب إن فيه اتنين لم يحضرا الامتحان، وفيه اسم زيادة، وقلت اسم الطالبة، فأشارت لي زميلتها إشارة إن بعد المحاضرة هنتكلم، وجاءت خلفي الطالبة تقول: أنا فلانة وحضرت الامتحان..

كنت أعرفهم جميعًا فقلت لها: بس إنت فلانة!

فـروت قصتهـا إن اسـمها هـذا يسـبب لهـا مشـكلة كبـيرة، وأنهـا إلى الآن لا تتعامـل بـه، وإن صديقـة واحـدة هـي التـي تعـرف الحقيقـة لأنهـا زميلـة طفولـة وهـي التـي أشـارت لي في المحـاضرة، كانـت الفتـاة تحتـاج مواجهـة المجتمـع باسـمها على الأقـل حتـى تسـتطيع العمـل في مهنـة تقـوم عـلى دفـع النـاس أن يتعاملـوا مـع مشـكلاتهم بشـكل أكثـر إيجابيـة، ولكـن الأمر حقًـا كان مؤلمًـا لهـا بشـكلٍ كبـير.

لذلـك فـإن الأديـان تحثنـا عـلى الاهتـمام بانتقـاء أسـماء تليق بنعمـة الله الأكـبر، وهـي الإنسـان الـذي فضلـه الله سـبحانه وتعـالى عـلى سـائر خلقـه. ويتضـح لنـا مـن الحيـاة المشـكلات النفسـية التي تترتـب عـلى اختيـار غـير مناسـب لاسـم طفلك لأسـباب ليـس لـه دخـل فيهـا كأن يكـون اسـمه اسـم أحـد أقاربـك، أو رغبـةً منـك في أن يقـترن اسـمك بصفـة معينـة.


القاعدة الثالثة

أزمة «شكل الطفل» !!

مـن الأشـياء التـي يقـع فيهـا بعـض الأهـالي هـي تلـك التعليقـات التـي ينالهـا الطفـل لشـكله منـذ الصغـر، والتـي تأخـذ أحيانًـا كثيرة صـورة مـن صـور التعبـير عـن علاقـة كل مـن الزوجـين بأهـل الطـرف الآخـر، كأن نصـم الطفـل بأنـه شبه عمـه أو تميـل الفتـاة لشـكل عمتهـا أو خالتهـا، وبالطبـع سـيكون تقبـل هـذا الشـبه بنـاء عـلى حسـن أو سـوء العلاقـة بهـذا العـم أو هـذه الخالـة، إلا أنـه في كل الأحـوال هـو تحميـل الطفـل مـا ليـس له فيـه ذنـب، فمـن المؤكد أنـه لم يختر شـكله!!

وللأسـف الشـديد إن هـذه التعليقـات تمتـد مـن الأبوين إلى باقـي العائلـة وربـما الأصدقـاء والمدرسـين، فتجـد أننـا كمـن سـيتم تسـجيله غيـاب مـن اجتـماع هـام لـو لم نعلـق عـلى لـون الطفـل، أو وزنـه، أو أي ملمـح مـن ملامحـه!!! وتبقـى المصيبـة

مزدوجـة إذا كان للطفـل أخ أو أخـت سـبقه، فتجدنـا ندخـل في مسـابقة اوجـد الفـرق بـين الشـكلين، نـروح إلى تعـداد مـا يميـز هـذا الطفـل عـن أخيـه وتكـون النتيجـة إمـا أن نسـيئ للطفـل الجديـد أو لأخيـه الـذي سـبقه ذكـرًا كان أو أنثـى!!

وفي كتـاب لي تحـت النـشر أوضـح فيـه الأزمـات التـي تتعـرض لهـا المـرأة، أتنـاول بالتفصيـل تأثـير مسـألة التعليـق عـلى الشـكل منـذ الصغـر عـلى حياتهـا الزوجيـة، بـل عـلى مختلـف أشـكال حياتهـا.

ولكننـي هنـا أوضـح أن التعبـيرات السـلبية عـلى شـكل الطفـل ليسـت وحدهـا التـي تسـبب إيـذاءً للطفـل مـن الناحية النفسـية، بـل أيضًـا التعبـيرات المبالِغـة في الإيجابيـة، والمقصـود بهـا التمركـز حـول شـكل الطفـل الـذي يجعلـه يعتـبره كل ميراثـه مـن الحيـاة مما يدفـع بعضهـم إلى ابتـزاز الآخريـن بـه أو حتـى تعريـض نفسـه للخطـر.

لا أنسـى تلـك الطفلـة في إحـدى دور الأيتـام التـي كنـت أتابـع أطفالهـا، والتـي كان مـن بـين أطفالها تلـك الفتـاة التـي تحمـل ملامحـا تعجـب كل مـن يراهـا نتيجـة للـون بشرتهـا

وملامحها وشعرها، وهو ما دعى الكثيرين إلى أن يتكفلوا بها داخل الدار حتى وصل عددهم إلى ٣٢ كفيل!! متذكرة العدد تمامًا لأنه كان حالة صادمة، بعض هؤلاء يدفع الشهرية التي كانت ٢٠ جنيها على ما أتذكر، وبعضهم يهتم بزيارتها وأخذها للنادي ودفع اشتراكات لإشراكها في بعض الأنشطة خارج الدار، بل وتوصية الأبناء بأن يحضروا لها ملابس «مستوردة» تخصها وحدها ولا يتم تبادلها مع الأخريات!!!

جلست مع واحدة من السيدات الطيبات لأفهم منها هل هي على وعي بما تفعله، خاصةً بعد أن ازدادت المشكلات السلوكية للطفلة، عبرت عن أنها تفهم ما يمكن أن يعتري البنت لكنها لم تستطع إلا أن تفعل ذلك.

كانت النتيجة أن الطفلة ذات السنوات الخمس حينها، تتحرك بصورة مبالغ فيها أمام المرآة، تتعامل مع الأطفال الآخرين بدرجة من الغرور، لا تحكيك إلا عن شعرها وروعته وعن ملابسها ومصدرها، ونتيجة خوفها الدائم على شعرها فهي دائمة الانشغال به دون التركيز في دراسة

أو حتى لياقة سلوكية مع الآخرين، حتى مَنَ يحضرون لها ما يميزها إضافةً إلى بعض المشكلات الأخرى.

ستقول الأمهات إذن ماذا نفعل أليس من المفروض أن نقول لأولادنا كلاما جيدا عن أنفسهم؟!!!

المطلوب هو «تقبل الطفل» على شكله وهيئته، ثم الشكر والثناء على نظافته لجسمه، وحين نريد أن نعبر له عن جميل شكله علينا أن نأخذ في الاعتبار عدة أمور حتى لا يكون لذلك نتائج سلبية عليه تشمل:

- التعبير عن أن الشكل الجميل نعمة من الله وليس لنا فيه أي تدخل، وبالتالي ليس له فضل عن الآخرين فيه، فنحن حين نتفضل نتفضل بما نصنع.
- التعبير عن أن الناس جميعًا مختلفون في الأمزجة والميول، فما يعجبك شكله قد لا يعجب الآخر، ويمكن فعل ذلك في الصغر بأن أثني على الآخرين المختلفين عنه شكلًا حتى تصله الفكرة.

- التعبير عن جمال شكله في ظل أنه نعمة وأن الناس مختلفون فيما يعجبون به، لابد أن يكون في حدود من الأساس وليس أمرًا مستمرًا.

- توصيل فكرة أن الإنسان مهما كان جميلًا فالجمال هو تلك القشرة التي نألفها بعد قليل ثم نحتاج أشياء أخرى لنكمل مع هذا الشخص الطريق، كأخلاقه، ونظافته، واهتمامه، وقدرته على التعبير، ويمكن فعل ذلك في الصغر من خلال مواقف مباشرة دون الحديث عن ذلك مباشرةً كأن نثني على طفل آخر لأنه عبر عن حبه، أو أنه ساعد آخرين، ونستخدم له تعبير «طفل جميل» وهنا نوضح أن جماله في سلوكه، ولا مانع من أن نستخدم الكلمة لعدة أنواع من الجمال.

طبعًا إن كان ما عرضته هو التأثير السلبي للمبالغة في التركيز على جمال شكل الطفل فما بالك بالتعبيرات السلبية التي نقولها له عن جسمه أو شكله أو غير ذلك.


القاعدة الرابعة

تضارب رد الفعل حول نفس الموضوع

حينما راجعت الأبحاث المتعلقة بسلوكيات المدير وتأثيرها على العاملين تحت إدارته وجدت بالطبع عدة سلوكيات لها تأثير سلبي بالغ، لكن الملفت للنظر أن أعلى هذه السلوكيات التي تناولتها بعض الدراسات كان تضارب سلوك المدير نحو العامل على السلوك الواحد، حيث يجد منه مكافأة مرة، أو جزاء وعقوبة مرة أخرى وعلى نفس الفعل الواحد، وحينما حاولت تحليل حيثيات شدة ذلك التأثير وجدت أنه يرجع إلى الحيرة التي يقع فيها عقل الإنسان، والذي عادةً ما يميل إلى تكوين عادات أشبه بالقواعد الثابتة يصنف بها هذا السلوك بوصفه مُقدر من الآخر وذلك السلوك بوصفه مرفوض..

إن كان هـذا بالنسـبة للكبـار الذيـن كونـوا مفهومهـم عـن أنفسـهم، والذيـن يعرفـون كيـف يعطـون مـبررات يفـسرون بهـا سـلوك مديرهـم بأنـه مثـلًا هـذا اليـوم لم يكـن في مـزاج جيـد، أو أنـه خـشي أن يعتـبر الزمـلاء هـذا نهـج معـين، أو... فـما بالنـا بالطفـل الـذي لايـزال يبنـي منظومتـه العقليـة والسـلوكية والقيميـة، لايـزال يحـاول أن يفـسر العـالم ويربطـه بسـلوكه، بـأن هـذا السـلوك يجلـب لهـا السـعادة وذلـك السـلوك قـد يعرضـه للعقوبـة التـي لا يحبهـا!!!

فحـين يـأكل الابـن بطريقـة معينـة أمـام أهـل الأم مثـلًا فإنـه لا يـلام عـلى ذلـك، ولكـن لـو فعـل نفس الطريقـة أمـام أهـل الأب وضرب عليهـا أو تـم توبيخـه أو منعـه مـن متعـة مـا كعقوبـة لـه فلـن يمكنـه هـذا مـن تكويـن قواعـد داخليـة تمكنـه مـن إعفـاء نفسـه وحمايتهـا ممـا يكـره، وهـو مـا يسـبب لبعضهـم مشـكلة نفسـية حقيقيـة تدفـع بعـض الأطفـال حـين يصلـون للمراهقـة إلى الاعـتراض الدائـم عـلى الأسرة وتحديهـا، والإصرار عـلى رأيـه لأنـه جـرب السـلوكيات التـي علمـوه

أنها مرغوبة ثم أهانوه عليها في مواقف أخرى، فربما ليس غريبًا علينا في الاستشارات أن نجد مراهقا يصف أسرته بـ «النفاق» لأنهم يقبلون مثلًا أن يحكي لهم ما يحدث في بيت عمه حين يكونوا بمفردهم ويهينوه على ذلك إن فعله أمام أحد.

ولذلك فإن سلامة الطفل النفسية تتطلب منحه معايير واضحة لما هو صحيح وما هو خطأ، على الأقل الاتفاق على القاعدة منذ بداية تربيته، ثم يمكن تأهيله للاستثناءات فيما بعد، وربما يكون الأفضل وضع المبدأ العام ومحاولة توضيح صوره أو حالاته المختلفة.


القاعدة الخامسة

التعامي عن قدرات الطفل

في الحقيقـة أنـا لا أعـرف مـدى صحـة المصطلـح الـذي استخدمته في اللغـة العربيـة وهـو «التعامـي»، وسـوف أطلـب مـن المصحـح اللغـوي عـدم حذفـه واسـتبداله بآخـر نظـرًا لإيـماني الشـديد بـأن هـذا المصطلـح هـو الـذي يوصـل مـا أريـده مـن معنـى.

أعنـي هنـا أنْ «يغلـق الأبـوان أو أحدهمـا عينيـه عـن قدرات ابنـه»، وبالتـالي يطلـب منـه مـا لا يسـتطيع، أو مـا كان يحلـم بـه أو يتمنـاه لطفلـه، فنجـد أنفسـنا أمـام حالـة مـن القهـر نغلفهـا بـأن المحـرك لهـا هـو مصلحـة الطفـل أو تحقيـق تميـز مـا،

فحـين نختـار لأطفالنـا أنشـطة يمارسـونها لابـد أن يكـون لديهـم بعـض الملَكات أو قـل المؤهـلات لأداء هـذه الأنشـطة،

فالإصرار على أن يصبح ابنك لاعب كرة قدم وهو لا يملك هذه المهارات، أو تكوينه الشخصي لا يصلح للعبة جماعية لا يمكن أن أفسره سوى «التعامي» عن قدرات الطفل، حتى لو كنت تتكبد في سبيل ذلك الكثير، وتذهب به هنا وهناك، وسيقول الآباء إنها محاولة لمساعدته لكي يبني مستقبلا جيدا، ونقول إن دليل تحقيق ذلك بما لا يضر بالطفل على النحو التالي:

- عرِّض ابنك لعدة أنشطة لتتعرف على قدراته ومهاراته وميوله.
- حاول أن تلاحظ مزاج ابنك في كل نشاط ومدى إقباله عليه، ثم ضع جدولًا يوضح مدى رضا القائمين على النشاط عن أدائه.
- اسأل ابنك دومًا عن رؤيته لنفسه في كل نشاط وما هو النشاط الذي يعتقد أنه سيستمر فيه.

- تجنب أن توجه طفلك حسب أمنياتك أنت، أو تلك الصورة التي رسمتها له ربما قبل أن يولد هو، وكن محايدًا متقبلًا ما تفرضه قدراته وميوله.

جاء مع ابنه الذي يبلغ من العمر ثماني سنوات، دخل الوالد وبدأ يتحدث عن ابنه لدقائق معدودة من خلال ورق أعده قبل قدومه، ملخصه أن ابنه بدأ يتمرد ويرد على أمه ومع ذلك لا يظهر لوالده إلا الخنوع الشديد، وبدأ يتكاسل عن الواجبات المدرسية ويتكلم عن الوالد في عدم وجوده بطريقة سلبية حتى أنه يستخدم للأم كلمة «جوزك» بدلًا من بابا.

دخل الابن وقدمه الوالد وقال «فلان ... طفل رائع في مدرسة كذا.. بيحفظ قرآن وبطل في السباحة، محبوب جدًا وله أصحاب كتير، تقدري تقولي عليهم مشجعي الكابتن فلان وإن شاء الله قريبًا هتسمعي عن كابتن عظيم وسباح يرفع اسم بلده وأهله يفتخروا بيه إن شاء الله».

تركني الوالد مع الطفل وخرج وما إن خرج والده إلا وجلس صامتا ما يزيد عن عشر دقائق، أخبرته أن يتحدث هو ويعرفني على نفسه وقتما يحب.. يبدو أنه مل من السكوت فقطعه هو قائلًا «أنا مش كابتن زفت .. ولا شاطر في السباحة، الراجل اللي كان هنا ده مضيع فلوسه على مدربين خصوصيين كلهم بالفلوس وعارفين إن أنا زفت من سن خمس سنين وأنا باتدرب صيف وشتا، مادام بفلوسك ماحدش هيقول لك لأ .. وعلى فكرة أنا ٩ سنين .. فاضل شهر بس، هو من كتر ما هو مشغول بالسباحة والواسطة من هنا ومن هنا عشان أروح النادي ده والنادي ده مش واخد باله إن عيد ميلادي ٩ كمان شهرين وشوية حتى قولي شهرين ....».

استمر الطفل يوضح أنه يسمع من المدربين أنه لن يكون يومًا محترفًا في السباحة، وأن والده يخبرهم بأنه ممكن يعطوه دروسًا وتدريبات إضافية حتى لو لم يصبح سباحًا عالميًا فيكفيه بطولات أندية.. حتى أن الابن أقر

بأنه بدأ يهمل دروسه حتى تشكوه المدرسة ويبلغوه أن التمارين مؤثرة على أدائه الدراسي، وعلق على ذلك «خليهم يشتكوني يمكن يعتقني بقى في الشتا اللي باطلع فيها من (البسين) الخاص اللي بادرب فيه وأنا عامل زي الكتكوت المبلول ويجري عليّ بالبشكير ويقول لي معلش هو يوم استحمله، ويرجع يقول لي الكابتن قال إنك كنت كويس وعاوز يشوفك مرة تانية الأسبوع ده، وطبعًا كذب، أنا مش بابقى كويس ولا زفت..».

صحيح أن الوالد يبذل مجهودًا بدنيًا ونفسيًا وماليًا لكنه في الحقيقة في غير ميل ابنه أو قدراته، وكأنه يدخر في حصالة مخرومة لا تحفظ له أي شيء، بل تضر الطفل نفسيًا للدرجة التي تجعل بعض سلوكياته تتغير للأسوأ ليحمي نفسه مما يراه لا يناسبه.


القاعدة السادسة

اعتبار الطفل مسرحًا لتحقيق

الوالد لنفسه

رغبت أن أضعها بعد النقطة السابقة «التعامي عن قدرات الطفل» لأنهما كثيرًا ما يرتبطا معًا، حيث يقوم الوالد سواء أب أو أم باعتبار الابن هو المسرح الذي يتم عليه تحقيق ما تمنوه ولم تمهلهم ظروفهم لتحقيقه، أيضًا دون النظر إلى ظروف الطفل وما إذا كان حلمه هو نفسه ما كان يحلم به الوالد لنفسه ولم يحققه أم لا.. وهنا يصبح الطفل وكأنه «وسيلة» لتحقيق الوالد لحلمه، وهو ما يعتبره الوالد أيضًا عملًا لصالح الطفل من حيث كونه وفر له ما يمكِّنه من تحقيق هذا الحلم، وهذا الموضوع

تحديدًا يأخذ أشكالا عدة تؤدي بالوالد إلى رسم خريطة حياة ابنه وفقًا لأمنياته لنفسه، ومما لا شك فيه أن جميعها أمور إيجابية، فالوالد لا يتمنى لابنه إلا كل ما هو إيجابي إنما في هذه الحالة فالإيجابي هنا من وجهة نظره الشخصية.

ففي بعض الحالات يكون ذلك - مثلًا- في شكل الإلتزام الديني، ففي بعض الدول التي عانت فيها الأجيال التي ولدت في سبعينات وثمانينات القرن الماضي من رغبتهم في الإلتزام بشكل معين مع رفض بعض الأسر نتيجة للمناخ العام في هذه الدول، خرج جيل من الآباء والأمهات يحاولون الدخول في سباق مع الزمن في حالة أطفالهم، ومحاولة تعويض ما فاتهم بأن يضمونهم مبكرًا إلى حلقات دينية، ويفرضون على حياتهم شكلا معينا.

فقد جاءتني أم في إحدى الدول الشقيقة التي كنت أعقد فيها تدريبًا عن التربية وقالت لي إنها تقوم ببعض ما أقوله لكنه محاولة منها لأن تؤهل ابنتها منذ الصغر، وتوفر لها المناخ الذي حرمت منه ليكون إلتزامها أسهل،

ومع ذلك علاقتها بالأم ليست على ما يرام، وليست ملتزمة بالدرجة التي تناسب ما وفرته لها.

سألتها عن عمر ابنتها فقالت ١٣ سنة، فقلت لها إنها بداية سن المراهقة، وأنها لابد أن تتوقع بعض الرفض، وتتوقع بعض التمرد، فلم تتقبل الأم وشددت على أنها وفرت لها ما لم يتوفر لها كي يكون إلتزامها سهل، وأنها تعاني معها في مسألة الحجاب خاصةً أنها على أبواب التكليف.

سألت الأم بعض الأسئلة التي كنت أعتقد أنها منطقية، لكن عقل الإنسان حينما يكون موجهًا فإن بعض ما نعتقد أنه بديهي ولا يحتاج تفكير تجده شديد الصعوبة..

قلت لها: شكل البنت بشعرها أحلى واللا بالحجاب؟!!

قالت: بشعرها لكن الله يجملها في الحجاب و........

قلت: هل إخفاء جزء مما نراه ميزة وجمالا أمر سهل أم صعب؟!!

صمتت .. فأجبت: لو كان سهلًا ما كان عليه ثواب ..

انتظـرت أن تفهمنـي وتعـرف أن الأمـور تحتـاج إلى تـدرج، وأن مـا نقـوم بـه يحتـاج فـترة حتـى تقبلـه نفوسـنا، ولكنهـا رغـم تميزهـا لم تربـط إلا بعـد فـترة، وأنهـت حديثهـا حـين فهمـت ووصلـت لهـا فكـرتي بـأن قالـت: أنـا كنـت باعتقـد إني موفـرة لهـا كل سـبل الإلتـزام وسـهلته عليهـا، لكنـي لم أعمـل حساب الأمـور الإنسـانية، يمكـن لأن أنـا كنـت ميالـه للإلتـزام مـن صغـري ومبهـورة بعمتـي الوحيـدة التـي كانـت محجبـة في عائلتـي وأنـا صغـيرة.. سـبحان الله وكأن النفـوسَ لهـا مطالـب ربـما لا تتعلـق بـما نوفـره لـه.

بالطبـع هنـا نقـول للوالديـن لا مانـع مـن أن أتمنـى لابنـي مـا لم أحققـه وأراه جيـدًا، لكـن لابـد أن آخـذ النقطـة السـابقة في اعتبـاري، قـدرات وميـول وتوجهـات ابنـي، وإن كان مـا أتمنـاه لـه فرضًـا فلابـد أن أدفعـه لـه بالتدريـج المناسـب ولا أنتظـر نتيجـة بدرجـةٍ مـا، بـل أعينـه عـلى تحقيقـه في ضـوء إمكاناتـه وقدراتـه ومـا يفرضـه عليـه المجتمـع مـن حولـه.


القاعدة السابعة

التهديد بعقاب لاحق

قاسٍ جدًا أن تنتظر مجهولا مؤلما، أن يُترك لك تخيل ما يمكن أن يحدث لك حال عودة الوالد أو انتهاء الوالدة مما تقوم به أو حين العودة إلى المنزل، فالأهالي لا يعرفون حجم تلك التخيلات التي يختلقها عقل الطفل حين يسمع كلمة «لما بس أبوك ييجي هتشوف هيعمل فيك إيه»، أو «صبرك عليّ لما نروح البيت»، أو كل ما من شأنه التعبير عما ينتظره من عقاب، ففي إحدى جلسات التفريغ لرجل في الأربعينات مات والده ووجد أنه لم يحزن عليه كما يجب، فلم يبكِه، لكن حياته لم تسِر على ما يرام، فنصحه أصدقاء عمره أن يذهب لمعالج نفسي، أو أخصائي، وجاءني بالفعل وحين تحدث عن والده قال.. «مش قارد أتخيل حاجة وحشة بعينها كان بيعملها لي،

لكـن كل مـا تيجـي في بـالي كلمـة «أبـوك» أتخيـل شـكل أمـي وهـي بتقـول لي بـس استنى لمـا أبـوك ييجـي، لدرجـة إني كنت مـن الخـوف بانـام، يمكـن قبـل مـا أتعشـى، بـس كنـت باقـوم تعبـان قـوي .. عارفـة مـن إيـه؟ مـن دماغـي الـلي مـا كانتـش بتبطـل تفكـير في الـلي هيعملـه أبويـا رغـم إني مـا جربتـوش إلا مـرة واحـدة، كان جـوز خالتـي بيذاكـر لنـا ولقيـت عيـال بيلعبـوا كـورة، وأنـا في الطريـق وقفـت ألعـب والوقـت خـدني، أصـل فريقـي كسـب ٤ – صفـر، فأخدتنـي الجلالـة بقـى والموضـوع طلـع قلـم وزوغـد كـده في كتفـي وقـال لي خليـك راجـل ولمـا تلتـزم بميعـاد تروحـه، النـاس مـش تحـت أمـر أبـوك.. الـكلام ده كان عنـدي ١١ سـنة أو يمكـن أكـتر، أكـتر حاجـة كانـت مزعـلاني بعدهـا إني ضيعـت عمـر كتـير في إني أتخيـل الراجـل ده هيعمـل إيـه لمـا ييجـي، كنـت باخـاف من نفَسـه لغايـة مـا حصـل ده وبقيـت عـارف بقـى إن خـلاص الموضـوع مـش كبـير زي مـا كنـت متخيـل، مـا أخبيـش عليكِ في فـترة المراهقـة زعلـت مـن نفسـي ومـن أمـي إنهـا ليـه كانـت سـيباني أتخيـل الراجـل ده وهـو بيرمينـي في السـقف، ولا وهـو

بيلسـعني، أفـكار إجراميـة كنـت باتخيلهـا.. ياريتهـا كانـت بتضربنـي وتخلـص، بـس عارفـة لمـا تبقـي منتظـرة مجهـول؟!! والله أنـا مـن أول الحاجـات الـلي اتفقـت عليهـا مـع مـراتي، إوعـي تقـولي لعيـل مـن العيـال استـنى أن هاعمـل فيـك إيـه والـلا لمـا ييجـي أبـوك، أي حاجـة وقتـي كـده، ولو مـا ينفعش مـا تقوليلهـوش، خليـه يعيـش حياتـه لغايـة مـا تيجـي لحظـة الوجـع مـرة واحـدة، لـو كان يعنـي المفـروض نوجـع ولادنـا، تفتكـري مخـاوفي ديـه هـي الـلي خليتنـي موقـف مشـاعري كـده؟!! طـب ليـه وأنـا لمـا جربـت لقيـت الموضـوع قلـم وزوغـد في الكتـف كـده وخـلاص، طلـع أرحـم مـن خيـالي المريـض ههههـه!!!».

نعـم .. إن كـم الهواجـس التـي تعـتري ابنـك في انتظـار الألم الـذي سـوف تلحقـه بـه أكـبر بكثـير مـن تلـك العقوبـة التـي ستقوم بهـا نحـوه، لذلـك يعـد تهديـد الطفـل بعقوبـة لاحقـة «إرهـاب» حرمـه الله في كل أديانـه، ممـا يجعلنـا نعيـد تفكيرنـا فيـما يحدثـه عـلى نفسـية الطفـل وسـوائه النفـسي.


القاعدة الثامنة

الإجبار الدائم في كل الأشياء

رغـم أن الإنسـان خلـق عـلى الأرض لعبـادة رب الأرض والسـماء إلا أنـه سـبحانه تـرك للنـاس كل الاختيـارات حتـى العبوديـة أو الكفـر، فقـال سـبحانه في العديـد مـن المواضـع «مـن شـاء فليؤمـن ومـن شـاء فليكفـر».. ومـع ذلـك نحـن نـصر في التربيـة عـلى ضرورة إجبـار أطفالنـا عـلى كل شـئ، بـل ونعتـبر ذلـك مـن حسـن الأدب!!

وحينـما قمـت بتجميـع الأسـباب التـي تـؤدي إلى الاعتـماد عـلى الإجبـار بـين الأسر التـي تـتردد عـليّ، وجـدت أن الإجبار يـأتي عـادةً نتيجـة لأمريـن:

الأول: الإعتقـاد بـأن الوالـد يفهـم أكثـر، وبالتـالي عليـه أن يضـع هـو كل شروط الحيـاة ويُلـزم الابـن بهـا.

الثـاني: الإعتقـاد أن بديـل الإجبـار هـو سـاعات طويلـة مـن المناقشـات التـي لا فائـدة منهـا، لأننـي في النهايـة يجـب أن ألزمـه بـما آراه.

وعـلى الرغـم مـن تدمـير العلاقـة بـين الوالديـن وأطفالهـما نتيجـة للإجبـار الكامـل عـلى كل الأشـياء، إلا أن غالبًـا هنـاك مَـنْ يعتـبرون ذلـك أقـل كلفـة مـن محاولـة «تخيـيره» بـين بعض الأمـور خاصـةً التـي لـن يترتـب عليهـا كارثـة، والتـي تـدرب الطفـل وتعـوده عـلى أن يختـار بعـض الأشـياء في حياتـه، ففـي محـاضرات التربيـة الإيجابيـة التـي نعقدهـا تجـد الأطفـال الذين تسـمح لهـم أسرهـم بالمشـاركة في بعـض الاختيـارات مـن الصغـر، كاختيـارات الخـروج، أو الملابـس، أو وقـت الترفيـه، أو غيرهـا مـن الأمـور كانـوا أكثـر ثقـة بالنفـس، وأكثـر شـعور بالمسـؤلية مـن هـؤلاء الذيـن ينفـذون مـا وضعـه الآبـاء بدقـة دون غـيره.

ومـن هنـا فـإن تـرك الفرصـة لبعـض الاختيـار للطفـل بـما يتناسـب مـع مرحلتـه العمريـة يلعـب دورًا كبـيرًا في سـوائه النفـسي، ونمـو ذات مسـتقلة متدرجـة تسـمح لـه بتكويـن وجهتـه الشـخصية، وتقليـل فـرص التمـرد عـلى الوالديـن حـين يصبـح ذلـك ممكنًـا.


القاعدة التاسعة

تعدد الجهات الحاكمة على سلوكه

سأدخل مباشرةً على حالة الطفل الذي تتمثل فيه تلك القاعدة بصورة واضحة، الطفل عمره تقريبًا عشر سنوات، دخلت أمه دقائق معدودة قالت إنها حزينة لأجل سلوكه الذي لم يعد يعجب أحدا، وأنها ستتركه لي أولًا ثم نتحدث بعدها..

دخل الابن ومعه ورق، وفي هدوء شديد أعطاه لي وقال «حضرتك شوفي الأوراق ديه الأول وبعدين عالجيني!!» تعجبت للكلمة واستفسرت، فكانت تلك الأوراق هي آراء المحيطين به في سلوكه، كان الخط صعبا إلى حدٍ ما، فطلبت منه أن يقرأ لي بعضها، ويعرفني بصلة صاحب الكلام، فوجدت أن الأوراق السبع تحتوي آراء كل من

جدتـه لأمـه، خالتـين، اثنتـين مـن صديقـات الأم والجـيران في نفـس الوقـت، والوالديـن.. بعـد مراجعـة الأوراق والاسـتماع لتعليقــه كانــت المفاجــأة، أن كل هــؤلاء يوجهــون ســلوك الطفـل الـذي يقـضي وقتـه بـين هـذه البيـوت، حيـث تقطـن الجـدة في الـدور الأول ثـم الخـالات الثـلاث تباعًـا، وأثنـاء حديثنــا المشــترك وجــدت قاعــدة لســلوكه وضعهــا أحــد هــؤلاء وعـلى الطفـل أن يتبعهـا، فالخالـة الكبـيرة تسـمح لـه بـالأكل بمجـرد وصولـه مـن المدرسـة، بينـما الخالـة الصغـرى تشـترط أن يتوضـأ ويصـلي أولًا ثـم يجهـز معهـا الطعـام، ثـم يتناولـه.

مشــكلة الطفــل التــي لاحظهــا الجميــع هــي «شروده» المســتمر، والــذي يفـسره كل منهــم بحســب رؤيتــه في الورقــة التــي طلبتهــا الأم منهــم؛ نظــرًا لأن مواعيــد عملهــا تجعلهــا تصــل المنــزل في السادســة مســاءً، يكــون وقتهــا الطفــل قــد قـضى معظــم وقتــه ومتطلباتــه وراح بــين عــدة بيــوت ليــأكل أو يذاكــر لــه أحدهــم.

بالفعل عين الطفل زائغة معظم الوقت، يحاول جاهدًا أن يرسم صورة داخل عقله لكل شخصية حتى يعطيها ما يجعلها تثني عليه. كل هؤلاء يعطونه أوامر، كل هؤلاء يتدخلون في توجيهه، وهو دائمًا حائر بين الجدة التي تقبل بعض التنازلات كالسماح له بتناول الشيكولاتة قبل الغداء، لكن حذار أن تراه خالته الصغرى التي يمكن أن تبلغ الأم، وبين إحدى صديقاتها التي لم تنجب وتعتبره ابنها، فحين يأتيها للمذاكرة تدخله ليلعب بعض الوقت وتحل له هي ما عليه من واجبات حتى يأتيها مسرورًا فيما بعد!!

هل تتخيلون حجم التغيرات التي يتعرض لها الطفل، وحجم الاختلافات التي يجب عليه أن يدرسها جيدًا، بل ويرضيها جميعًا.

إن أحد عوامل السواء النفسي أن تكون جهات توجيه الطفل واحدة ومتحدة، ولها رؤية واحدة في التربية على الأقل، فالتربية المزدوجة، وتعدد جهات الحكم على سلوك الطفل لا يسمح له أبدًا بالنمو بصورة سوية.


القاعدة العاشرة

تعريض الطفل للإستباحة الجسدية

آثــرت أن تكــون هــذه النقطــة لاحقــة لمــا قبلهــا نظــرًا لارتباطهــا في العديــد مــن الأسر، فمــع الســكن في بيــت العائلة أو قــرب المــكان أو ظــروف عمــل الأم لســاعات متأخــرة يحــدث أحيانًــا ألا نأخــذ بالنــا مــن تعريــض أطفالنــا لاســتباحة جســدية أو فكريــة.

والمقصــود هنــا «مشــاعية» جســم الطفــل بــين يمكــن أن يقــوم عــدة أشــخاص بالتغيــير لــه أو العمل عــلى إســتحامه، أو كل مــا يتعلــق بجســده، ولا نأخــذ بالنــا مــن تلــك المشــاعر التي يخلهــا ذلــك عــلى نفســية الطفــل، بــل وعــلى ســلوكه وأحيانًــا شــعوره بالذنــب، بالطبــع أفهــم كمتخصصــة ظــروف الحيــاة التــي نعيــش فيهــا جميعًــا وأن بعــض الظــروف تفــرض علينــا

فـرض، لكـن القاعـدة الأساسـية في الحيـاة مـا لا يـدرك كلـه لا يـترك كلـه، فالحـرص، وتحديـد جهـات محـددة، وتوحيدهـا إن أمكـن، مـع تأهيـل الطفـل عـلى فهـم الفـرق بـين اللمسـات، بـل فهـم الفـرق بـين الـضرورة وغيرهـا كلهـا أمـور قد تسـاعد عـلى تقليـل الآثـار السـلبية لهـذه الإسـتباحة.

- فـإن كنتـي في المنـزل فـلا داعـي للشـغالة عـلى الأقـل فيـما يتعلـق بجسـم ابنـك.
- الإسـتحمام ليـس ضروريًـا أن يتـم في وقـت أنتـي فيـه خـارج البيـت.
- غـير مـصرح للقاصريـن أن يقدمـوا تلـك الخدمـات لطفلـك.. كأبنـاء الخالـة أو أبنـاء العـم أو غيرهـم.
- لا داعـي مـن التغيـير للطفـل أمـام الجميـع وكأنـه عمـل عـادي ثـم نشـكو بعـد ذلـك مـن عـدم حفاظهـم عـلى أجسـامهم.

جاءتنـي بطلـب منهـا أن تقابـل متخصصـة، جـاءت الأم وعرفتنـي بها وقالـت «فلانـة قالـت عـاوزة تقعـد مـع حـد تتكلـم معـاه فجبتهـا لحضرتـك أنـا مـش عارفـة هـي عـاوزة حضرتـك في إيـه فأنـا هاطلـع وخـدوا راحتكـم». ومـا أن خرجـت الأم إلا وظلـت الطفلـة تبكـي بشـكل كبـير عمرهـا ١١ سـنة، وحينـما توقفـت وبـدأت تتكلـم قالـت ضمـن مـا قالـت «أنـا بعمـل حاجـات غلـط وأكيـد ربنـا هايعمـل فيـا حاجـات وحشـة بـس والله أنـا بـسرح وألاقـي نفـسي بعمـل كـده». فهمـت مـن كلامهـا أن تمـارس مـا نسـميه نحـن «العـادة السريـة» لكنهـا لا تفهـم ذلـك ولا تعـرف اسـمها، ولكنهـا تعلمـت أن تفعلهـا في الخفـاء بعدمـا كانـت تلاحظهـا أمهـا وتسـألها إنتـي ليـه عرقانـة كـده .. مـع متابعـة بدايـة الموضـوع لديهـا، قالـت «أنـا والله العظيـم مـا كنتـش عارفـة إنهـا عيـب غـير لمـا مـن سـنتين كـده ماما قعـدت تقـولي كـده غلـط وبصراحـة مـا ضربتنيـش بـس قالتـلي ديـه حاجة وحشـة

وممكــن تعييكــي وأنــا حســيت كــده بــردو، أنــا الأول كنــت وخداهــا زغزغــة، كنــت بقعــد عنــد خالتــي لمــا مامــا بــتروح الشــغل وبنــت خالتــي هــي كبــيرة أكــبر منــي بكتــير أكــتر مــن عــشر ســنين، بــس خالتــي مــا خلفتــش غيرهــا وهــي كانــت معتــبراني العروســة بتاعتهــا، تحمنــي وتغــيرلي، كنــت بقــول لهــا زغزغينــي فلــما تقعــد تزغزغنــي وأنــا بســتحمى أو أغــير هدومــي حبيــت الحركــة ديــه كنــت بقعــد أضحــك وبعديــن بقيــت أعملهــا لنفــسي بــس أطــول بقــى فيهــا شــوية بــس بالشــطاف بتــاع الحــمام، وبعديــن بقــى ....».

ليــس التحــرش الجنــسي هــو النتيجــة الوحيــدة للإســتباحة، ولكــن تكريــم الإنســان لجســمه، اعتبــاره ثروتــه التــي لا يجــب أن تكــون عــلى المشــاع كل ذلــك مــن الآثــار الســلبية الناجمــة عــن اســتباحة جســم طفلــك مــن عــدد مــن المحيطــين دون أخــذ الإحتياطــات اللازمــة لذلــك، فمــن قواعــد التربيــة الجنســية الســليمة والحاميــة للطفــل وحتــى للكبــير أن نُفهمــه

أن جسـمه أول حقوقـه في الحيـاة التـي لا بـد أن يدافـع عنهـا ويحافـظ عليهـا، فالكثـير مـن الزوجـات الـلاتي تقبـل إهانـة جسـدها حرمانًـا أو وجعًـا وجـد لديهـم إنخفـاض في تقييـم أهميـة هـذا الجسـد أو خصوصيتـه.


القاعدة
الحادية عشر

إهانة الطفل أمام الآخرين

من المؤكد أن الإهانة مرفوضة في كل أشكالها، وفي جميع الأوقات، لكن فعليًا تأثير إهانة الطفل أمام الآخرين أكبر بكثير مما نتخيل، فليس الناتج فقط الإحراج، والخجل، الذي تقول بعض الأمهات أنها تستهدفه من هذا الفعل، ولكنه يضرب في مفهوم الطفل عن نفسه، ويؤدي إلى حالة من الإثنين بصورة واضحة إما إعتزال الآخرين فيخرج لنا طفلًا إنطوائيًا، أو يبدو شخصية إجتماعية لكنها تستسيغ الإهانة وتعتبرها شيئًا طبيعيًا أو على الأقل ليس جريمة في حقه!!

إن آثار إهانة الطفل أمام الآخرين تبقى لسنوات حتى تلون شخصيته، فقد جاءتني فتاة فسخت خطبتها منذ

فترة بسيطة من ابن خالتها الذي تحبه بصدق وتتمناه زوجًا، لكنه وأسرته كانوا على قرب من أسرتها، وتقول الفتاة في ذلك «هو ولا أطيب من كده راجل، وحنين، وخدوم، لكنه شاف كل السواد اللي أنا عشته في الطفولة، يعني مر معايا بكل الحاجات اللي شوفتها واللي كان أهمها إني بتهزأ قدام أي حد، مش بس تهزيئ بالبوق كده، لاااا حضرتك ممكن الموضوع يبقى فيه أرصة كده، ولا شدة شعر ولا شدة ودن، على أي حاجة والموضوع الدائم بقى إن كل الموجودين يقولوا لماما يا شيخة حرام عليكي وياخدوني منها، أنا متذكرة إني كنت بعند ومش بعيط رغم إني كنت ببقى مكسوفة، بس كنت بحس إني هابقى أكسف لو عيطت، ما تفهميش ليه، المهم قلت ابن خالتي ده مننا وعلينا وأكيد هيبقى فاهم أنا كنت عايشة ف إيه وكنت بقوله إني عايزة ارتاح، خلصت الدبلوم وجه إتكلم عليا، دخلت معهد سنتين بعد أول سنة اتخطبنا، مشينا في الأول حلو وبعدين مشاكل بقى على الدراسة،

المشاريع اللي مطلوبة مني جماعية يعني الدكتور هو اللي بيختار الطلبة مجموعتي كان فيها إتنين ولاد هو رأسه وألف سيف ما أعملش معاهم حاجة، حاولت صحباتي قالولي هو إنتي اللي بنت عنترة وإحنا ولاد ناعسة وإنتي عارفة بقى البنات، بقيت أحاول المهم كنت رايحة مكان أعمل فيه البحث وكان لازم نكون كلنا كلمني قالي إنتي فين إتلخمت المهم زي فيلم تيمور وشفيقة كده لقيته جانبي أتاريه قبلها بيوم وهو بيغسل إيده عندنا سمع أختي وهي بتوصفلي مكان الأتوبيس اللي أروح به وجه ورايا، خلاني قاعدة معاهم كلهم بنشوف هانحط الصور إزاي جوة البحث وقدامهم كلهم وقالي ما هو إنتي مخطوبة لـــ ... لو كنتي مخطوبة لراجل ولا عاملة حساب لراجل في البيت ما كانش زمانك هنا قومي إتفضلي.. قمت معاه ..». بدأت تبكي رغم أنها كانت تبدو مصرة على الثبات، وعادت قائلة «العجيب بقى يا دكتورة إني طول الطريق عمالة أتوسل إليه، وأمسك إيده أبوسها في

الشارع ويرمي إيدي، قلت له شوف اللي إنت عاوزه، طب أنا هاعمل اللي تقول عليه، هاقول لأبويا مش عاوزة اشتغل، اضربني طيب.. ليه كده يا دكتورة ليه ما صعبش عليا نفسي طيب، واحدة صاحبتي كانت معانا بعدها بكام يوم كنت عملت محاولة انتحار وهي مكملة تعليمها كبيرة، جاتلي البيت وقالتلي كونك ما تزعليش على نفسك ده عشان إنتي إتعودتي تتهاني لازم تقفي، ودلوقتي أنا مش عارفة أقف وأستجيب لإنه رمالي الدبل وأقول في داهية ما أنا كفاني إهانة، ولا لأ أكمل وأهي كلها محصلة بعضها!!».

لم تستطع الفتاة ذات العشرين عامًا أن تميز وحدها حدود الإهانة، لم تستطع أن تغير على نفسها حتى لاو كانت مخطئة كما قال لها البعض، لكنها تحملت كلمات قاسية لا يمكن أن أوردها هنا بالطبع لكنها قبلت، وكان يمكن أن تكمل، بل هي جاءت لتسأل وهي على استعداد للعودة للإهانة التي إعتادتها في بيتها، وهو ما نراه كثيرًا في مشكلات

لــدى الصغــار والكبــار ناتجــة عــن تعنيــف الطفــل أمــام الآخريــن، الــذي يزيــد ألمًــا عــن تعنيفــه بمفــرده - والــذي هــو مرفــوض أيضًــا خاصــةً لــو كان في شــكل إهانــة- فالتعنيــف أمــام الآخريــن فعليًــا يــضرب صورتــه التــي ينشــغل الإنســان لســنوات كبــيرة مــن حياتــه ليبنيهــا عنــد الآخــر.


القاعدة
الثانية عشر

تكرار التوصيفات السلبية على مسامعه

«نحـن أسرى أوصافنـا التـي سـمعناها كثـيرًا مـن المحيطـين بنـا الأوائـل» هـذه العبـارة أضعهـا دائـمًا للأمهـات في لقـاءات التربيـة، فحقًـا صورتنـا عـن ذاتنـا هـي جُمـاع معقـد ممـا سـمعناه عـن أنفسـنا خاصـةً مـن ذوي الأهميـة في حياتنـا إضافـةً إلى خبراتنـا التـي توضـح لنـا هـذه الصفـات أو تمحيهـا مـع مـرور الزمـن..

فـإن قـال لـك أهلـك مـن الصغـر إنـك شـخص شـجاع فسـوف تتعامـل مـع هـذا الأمـر عـلى إنـه حقيقـة إمـا أن تؤكدهـا خبراتـك الحياتيـة اللاحقـة أو تمحوهـا أو تقلـل درجتهـا.

لكـن الطفـل الصغـير ذو الحصيلـة الخبراتيـة المنخفضـة لأنه يتعامـل مـع العـالم مـن خلالنـا هـو يضـع صورتـه عـن نفسـه ممـا نصفـه بـه، لذلـك فـإن تكـرار التوصيفـات السـلبية لـه بأنه جبـان أو أنـاني أو شريـر أو غبـي أو أحمـق أو .... كل مـا نقولـه لـه عـلى مـدار اليـوم يختـزن بداخلـه ويشـكل سـلوكه، وربـما يشـكل مفهومـه عـن نفسـه حتـى أزمـان بعيـده.. وعـن هـذه النقطـة تحديـدًا اذكـر في كل المناسـبات ذلـك الطفـل الـذي كلـما تحدثـت معـه قـال «إيـه؟!! ممكـن حضرتـك تعيـدي الـكلام أصـل أنـا مـا بسـمعش كويـس؟!!». وقـد جـاء نتيجـة لشـكوى مـن المدرسـة بعـدم الانتبـاه في الحصـص الدراسـية، وحينـما سـألته «طـب ليـه مـش بتلبـس سـماعةمثلًا أو مـش بتكشـف عنـد دكتـور يمكـن يكـون الموضـوع لـه عـلاج ؟!! ففاجـأني بـرده حـد الصاعقـة جـين قـال «لأ أصـل السـبب غالبًـا نفـسي، يعنـي نتيجـة لإني لعبـي ومـش جـاد مـش بـادي إشـارة لمخـي إنـه يشـغل حـواسي صـح، مـش مسـألة إن ودني فيهـا حاجـة!!!».

بعد استفسار منه ثم من والدته التي أوضحت لي «أنا كنت بحس إنه وهو قاعد على الكرتون وهو صغير مش بيرد عليا فعملت له فحص وطلع كل حاجة كويسة، ومن ساعتها حبيت استخدم مصطلح أحسن شوية من إنه «بيستعبط» فقلت أقول له إن عندك ضعف سمع نفسي!!! يعني بتسمع اللي على مزاجك، ولما جت شكوى من المدرسة لقيته بيقول للمُدرسة بتاعته كده فقلت ألحق الموضوع وأجيبه طبعًا مفيش حد هايفهم المعنى اللي عايزة أقوله!!».

الأم طبعًا لم تأخذ بالها إنها مع تكرار الموضوع حدث للطفل «تشبع» به حتى إنه ربما يكون بالفعل عمل توجيه لمخه ليكون على هذا النحو الذي تصفه به طوال الوقت ..

أعدت الطفل للقائي مرة أخرى في محاولة لتعديل الصورة التي رسمتها له أمه عن نفسه وحواسه ..

بدأت بالكلام عن الكارتون الذي يحبه .. فرد عليا وأكمل الجملة دون حاجة للإعادة، ثم سألته عن فريق

«الريـال» الـذي يشـجعه فتحـدث وأكمـل وأوضـح لي الفـرق بـين اللاعبـين.. ثـم دخلـت بعدهـا عـلى موضوعـات أخـرى فأجـاب، بعـد تقريبًـا عشريـن دقيقـة سـألته «تفتكـر ليـه مـا طلبتـش منـي أعيـد الـكلام؟!! فقـال عشـان المواضيـع كلهـا بحبهـا مـا أنـا قلـت لحضرتـك إني عنـدي مشـكلة في السـمع بـس نفسـية أومـال أنـا هنـا ليـه؟!! عشـان بسـمع الـلي عـلى مزاجـي، ذكرتـه بموضـوع لا يحبـه تحدثنـا فيـه وسـط الـكلام» .. فأجـاب مـا أكمـل صدمتـي حـين قـال «يبقـى أنـا إتعالجـت مـا هـي مامـا قالتـلي هانـروح لدكتـورة تعالجـك عشـان كـده جيبنـا لحـد نفـسي مـش بتـاع ودان!!!».

هـل تخيلـت معـي كيـف يمكـن لأحـد الوالديـن أن يرسـم للابـن صورتـه عـن نفسـه، بـل وكيـف يمكـن أن يدخـل لـه إعتقـادًا ويجعلـه راسـخًا في نظـره؟!! هـل رأيـت كيـف تُحـول طفلـك بالفعـل إلى غبـي أو أنـاني أو جبـان لمجـرد أنـك تكـرر هـذه الأشـياء عـلى مسـامعه؟!!

تذكروا جيدًا إننا مَنْ نصيغ قطعة الماس التي يمنحها لنا الله، نحن مَنْ نكتب على الورقة البيضاء التي تأتينا هبة من رب العالمين، فإما أن تكتب عليها خيرًا فتكون خيرًا -غالبًا- أو نكتب عليها غير ذلك فنجده واقعًا لا محالة.


القاعدة
الثالثة عشر

الرفض غير المسبب دائمًا

حينما نحاول أن نحلل «التفكير المنطقي» من ناحية التكوين المعرفي نجده يتكون من:

أ. معرفة مسببات الأشياء.

ب. تحليل نسبة كل سبب في أي موضوع أو مشكلة.

ج. تحليل روابط المسببات ببعضها.

د. وضع فروض للتدخل المناسب للتعامل مع كل سبب.

ه. تجريب هذه الفروض عقليًا.

و. إنتقاء أو إنتخاب الأفضل منها للتدخل به لوقف تأثير كل سبب بحسب قوته أو تأثيره في الموضوع أو المشكلة.

فـإذا كان الأسـاس المعـرفي والتكوينـي للتفكـير المنطقـي يبـدأ مـن «معرفـة الأسـباب والبحـث فيهـا» فكيـف تحـرم طفلـك مـن أن تمنحـه فرصـة في فهـم ومعرفـة أسـباب رفضـك لبعـض الموضوعـات، أو حتـى قبولـك لهـا؟!!

وإذا كانـت الحيـاة عبـارة عـن تراكـم خـبرات تـؤدي في النهايـة إلى مخزون يُمَكِنـك مـن القيـاس بنـاءً عليـه لسـير أسـهل في الحيـاة، فكيـف يمكننـا أن نحـرم أطفالنـا مـن هـذا التراكـم حـين نوضـح لهـم أن هـذا لا يصلـح لكـذا، وذلـك لا يصلـح لكـذا؟!!

إن أولى قواعـد قـدرة الإنسـان عـلى تعميـم الخـبرات أو عـلى الأقـل عـلى تكويـن إتجـاه عقـلي إنـما ينبـع مـن مـروره بخبرات وجـد تشـابه في مسـبباتها فـراح يحكـم عليهـا بسـهولة إذا مـا تشـابهت الظـروف.

ومـن الحـالات التـي يعتبرهـا مَـنْ أرويهـا لهـم مضحكـة ولا يعلمـون كيـف ألمتنـي حـين جـاء بهـا الطفـل تلـك الحالـة التـي جـاءت بهـا أم ضربـت طفلـة عـلى وجهـه لأول مـرة

ثـم شـعرت بالذنـب وجـاءت بـه لتعـرف هـل هـو يكرههـا بعـد هـذا السـلوك أم أنـه نسـى الأمـر مـع مـا فعلتـه لـه مـن محـاولات ترضيـة .. الطفـل كان في الرابعـة مـن العمـر دخـل ومعـه لعبتـه عبـارة عـن كلـب صغـير يعتـبره صديقـه، كانـت الأم قـد كتبـت لي ورقـة لأنهـا لا تتحمـل أن تحكـي مـا حـدث لأنهـا تتذكـر الواقعـة حيـث أن ضربهـا للطفـل بالقلـم لازال يـترك بعـض آثـاره حـول أذنـه، بـدأت الحديـث مـع الطفـل عـن حياتـه وكلبـه الـذي يحبـه كثـيرًا وأثنـاء الحديـث تطرقنـا للآخريـن الذيـن يحبهـم وكان مـن بينهـم أمـه بالطبـع سـألته عنهـا وحتـى لا أطيـل عليكـم بـدأت إشـكاليته معهـا حينـما درس في الحضانـة درسًـا عـن الببغـاء، وعـرف أنـه مَـنْ يكـرر الـكلام، وأثنـاء المذاكـرة مـع أمـه وهـو يلـون ظلـت تقـول لـه «لـون جـوه الخـط جـواه الخـط ...» فقـال لـه «مامـا بغبغـان لـون جـوه الخـط جـوه الخـط» فغضبـت الأم كثـيرًا، وفهمـت مـن الورقـة إن مـا أغضبهـا إنـه كيـف لـه أن يشـبهها بالحيـوان وهـي علمتـه أن بنـي آدم مُكـرم عـن سـائر المخلوقـات، مـرت

أوقـات عبـارة عـن شـهور حتـى جـاء عيـد ميـلاده وأحـضر لـه والـده الكلـب اللعبـة الـذي يتحـرك بـه، وأثنـاء مناقشـة عائليـة مـن تلـك التـي نحـصر فيهـا الأطفـال سـأله زوج عمته عـن أحبابـه، فقـال أن أمـه زي الكلـب بالظبـط، وكان ذلـك أمـام جمـع مـن عائلتـه فنهرتـه بعـد إنتهـاء الزيـارة وخاصمتـه وبكـى لكنـه لم يفهـم لمـاذا تحديـدًا.. وكانـت الطامـة الكـبرى بالنسـبة لـلأم والتـي إعتبرتـه أنـه «متعمـد» إهانتهـا حـين أخـذ بعدهـا بفـترة درس «الحـمار» والـذي تعلـم فيـه أنـه يحمـل كل شيء وأنـه صديـق الفـلاح، ويتعـب في عملـه، ويخـدم كل مَـنْ حولـه تبعًـا للقصـة وفي محاولتـه لأن يوضـح لوالدتـه أثنـاء الـشرح قـال لهـا أخذنـا قصـة الحـمار الطيـب، وحينـما طلبـت منـه تفاصيـل عنـه أثنـاء وقوفـه معهـا لوضـع الغسـيل بمنتهـى البسـاطة قـال لهـا هـو طيـب وبيسـاعد وبيعمـل كل حاجـة زي مامـا بـس مامـا مالهـاش ديـل...

هنـا لم تتحمـل الأم وعدلـت جسـمها نحـوه تطـرده وتصرخ عليـه فلـم يتحـرك فضربتـه عـلى وجهه.

حينما سألت الأم: إيه أكتر حاجة مزعلاكي؟!!

فقالت: التعمد .. مفيش سمعان كلام .. مرة بغبغان .. مرة كلب.. مرة حمار.. ومنهم مرة قدام الناس .

قلت: في كل مرة كنتي بتفهميه إن المشكلة توصيفك بـ «حيوان»؟!!

قالت: لأ بس المفروض إني أهانته أو عنفته بصورة متدرجة فأكيد هايفهم من نفسه.

وبعدين إحنا عمرنا ما بنشتم في البيت ولا بنقول كلب وحمار ولا الكلام ده يبقى إزاي يوصفني كده؟!!

قلت: عشان هو مش شايف أن ديه شتيمة، عشان مفيش خط واحد ربط في مخه بين المواضيع زي ما إنتي فاهمة، عشان لم تعطي له «السبب» في صورة واضحة تخليه يفهم «نوع» عام للإهانة من وجهة نظرك!!!

إن كان ذلك هو حال طفل الرابعة من العمر، فما بالك ببعض الأطفال الكبار الذين نرفض لهم كل ما لا نحب

دون إبـداء أسـباب وعليـه أن يقبـل بـل وربـما نطلـب منـه أن يكـون ممتنًـا لأننـا قلنـا لـه لأ عـلى مـا يتمنـى!!

إن أردنـا تربيـة أطفـال لديهـم توكيديـة أو ثقـة في الـذات مهـم جـدًا أن نفهمهـم أن يطالبـوا الآخريـن بمسـببات يسـتطيعوا وضعهـا في عقولهـم لرفـض أو قبـول الموضوعـات بـما يُمَكِـن لهـم مـن القيـاس فيـما بعـد أو حتـى معرفـة كيـف يمكـن أن يقنعـوك ببعـض مـا يريـدوا حينـما يزيلـوا سـبب رفضـك أو يطمئنـوك مـن ناحيتـه.


القاعدة
الرابعة عشر

المَنْ الدائم

من أسوأ المشاعر التي نُكسبها لأطفالنا هو شعورهم بأننا «نَمِنْ» عليهم حين نعطيهم أو ننفق عليهم أو نقدم لهم أي شئ مادي أو معنوي، فهذا الشعور قد يدفعهم -نفسيًا- إلى النظر لأنفسهم بوصفهم أسرى في حاجة إلى التحرر ممن اشتراهم بما يقدمه لهم.

وللأسف لا يعرف الوالدين أن الطفل هنا لا يثمن ما يقدمونه بل من كثرة تذكيره بما يقدمونه له إما أن يزهده تمامًا أو يعتبر أنه ضريبة الأبوة والأمومة فيُدفِعَك المزيد.

فحين جاءت المراهقة التي وصفتها أمها بأنها «هاتخرب بيتي قريب والله يا دكتورة خراب بيتي على إيديها، طريقة تعاملها مع أبوها مش مثلًا حاضر ونعم .. لأ .. عاوزة

تقعد وتتكلم معاه وفي الأخر هو يقولي شوفي تربيتك ..أنا جيباها هنا من وراه والله وديتها شيخ الأول يقرالها عشان نفسها تهدى كده بس مفيش، وواحدة صاحبتي قالتلي أجيبها هنا .. وماما قالتلي خدي فلوس ووديها بدل ما تطلقي..». أنا ملاحظة البنت أثناء الكلام تنظر للأم بدون إعتناء وبإبتسامة سخرية بعض الوقت، والأم للأسف لا ترى أي محاولة مني لوقفها عن الكلام واستطردت الأم «الجمعة اللي فاتت كان أبوها هايكسر وشها لولا ربنا ستر وديه بنت لو عورها في وشها هاتتجوز إزاي؟!!». قاطعتها ابنتها وقالت «سيبك بس من جوازي احكي للدكتورة بقى يوم الجمعة ساعة ما كان هيخبطني بطبق الجرجير عشان أفكرك أهوه قولي لها إيه اللي حصل؟!!».

بدأت الأم في العودة للكلام بعدما اشهدتني على «قلة أدب البنت» اللي ده نموذج منه قالت «أبوها كل يوم جمعة بعد الصلاة بينزل في ست كده عارفها بتجيب سمك كل جمعة يروح يجيب منها يقول ده يوم أجازة ويبقى زفارة

بقى والعيال يتغذوا، ولو السمك تمنه إيه بيجيب وما شاء الله بيجيب يجيب يعني يقول حد يدخل كده ولا كده فقاعد بيحكي بقى على اللي حصل وهو واقف عند الست، تروح الهانم مقاطعاه وتكمل كلامه هي». اسكتتها البنت فورًا وقالت لها «طب بالله عليكي يا شيخة وحياة صلاتك مش هو اللي قولته نفس كلامه .. أقولك يا دكتورة .. كلوا يا هوانم لما أموت مش هتلاقوا حد يأكلكوا الأكلة ديه .. الكل طالع من الصلاة بيه كده ماشي وأنا اللي رايح اقف وأنقي، الناس بتسأل على التمن وتمشي رجالة بشنبات، وأنا واقف تقولي دول كده إتنين كيلو ونص أقول لها خليهم تلاتة كيلو، وأطلع من عندها عشان مفيش هانم فيكم تنزل على فرشة الخضرة، ومنها على الكشك أجيب الساقع عامل زي المرماطون عشان تشبعوا على طبلية أبوكوا ....». أكملت البنت باستطراد تُحسد عليه وكأنها تقوم بتسميع نشيد حفظته عن ظهر قلب، الغريب في الأمر إن الأم تقريبًا ميتة من

الضحـك لدرجـة أن دموعهـا نزلـت، تركـت ابنتهـا حتـى إنتهـت وهـي تحـاول أن تجمـع وجـه صلـب دون جـدوى، فقالـت «طـب يـا دكتـورة هانعمـل إيـه مـا هـو كـده ديـه طبيعتـه بيـصرف وبيجيـب وطـول الوقـت يقـول مـش طمران فيكـم.. ويقـول لهـم بجيـب لكـم الحلـو عشـان لمـا أمـوت..». قاطعتهـا البنـت قائلـة «لمـا يمـوت ربنـا هايرزقنـا بـردو .. هـو ليـه محسسـنا إنـه بينـزل الحاجـة مـن السـما يـا مامـا.. لمـا يموت أكيـد ربنـا مـش هينسـانا ومـش هتبقـى الدنيـا وحشـة مـن غـير الأربعـة كيلـو سـمك بتـوع يـوم الجمعـة ال ٣ بلطـي لمـا يبقـوا إتنـين مـش هانقـول إحنـا بنتعـذب في الأرض، مـش كل مـا أعمـل حاجـة يقـولي إنتـي عارفـة إنتـي بتكلفينـي كام؟!! مـش كل مـا أجتهـد وأجيـب درجـة حلـوة يقـولي الـلي بتـاكل أكل فيـه كميـة الفيتامينـات ديـه المفـروض تسـبق المُدرسـة نفسـها.. والله يـا دكتـورة تعبـت، طـب تصدقـي أنـا بقالي سـنة يـوم الجمعـة ده مـش بقـدر أحـط أكل في بُقـي، بحـب السـمك جـدًا عشـان متربيـة عليـه، وهـو بيجيبـه حلـو الصراحـة، بـس

بقيت أحس إنه بالسم الهاري بقى ..». ظلت البنت ذات الخمسة عشر عامًا تبكي وهي تكرر « حفظت الكلام ومخنوقة مش ممكن مش هايطلع مني حاجة أنا بني أدمه ... بني أدمه يا ماما مش عايزة أخرب بيتك ولا حاجة ولا عايزة أرجعك بيت أهلك زي خالتي ويتحكم فينا ده وده زي ما كلللللل يوم تقوليلنا».

سيقول البعض ولكن .. كيف نوصل لأبنائنا إننا بالفعل نتعب لأجل تحقيق رغباتهم وكم التعب الذي نتحمله ليعرفوا قيمة الأشياء؟!! في النقاط التالية أوضح لك كيف يتم ذلك:

- حينما تعبر عما تقدمه لأبنائك إبدأ بأنه واجبك.
- إن أردت أن توضح لهم أنك تزيد عن «الواجب» بأن تنتقي لهم ما هو أفضل وأغلى تحدث عن أن ذلك لحبك لهم.
- لا تربط بين ما تقدمه وما يقومون به في الأداء المدرسي

مثـلًا فالدراسـات أكـدت أن هـذا الأسـلوب هـو مـا يخلـق نمـط «المرتـشي» الـذي لا يمكـن أن يقـوم بالفعـل إلا بثمن آني وحالي.

- شـارك أولادك شراء بعـض الأشـياء ودعهـم يـروا كيـف تنتقـي لهـم مـا هـو أفضـل سـواء ثمنًـا أو خامـةً أو مـن أي منظـور.
- حـاول أن توضـح لهـم قـدر السـعادة الـذي يصلـك أنـت أيضًـا حـين تشـتري لهـم وأنـك لسـت مرغـمًا في كل الأحـوال لكـن دور الوالـد يجعلـه سـعيدًا بما يقدمـه لأبناءه.
- علمهـم قيمـة المشـاعر كعطـاء، وأخبرهـم عـن أنـك اليـوم سـتعبر لهـم عـن حبـك بلعبـة، وسـيكون غـدًا عـن طريـق إحتضـان، وبعـده عـن طريـق مفاجـأة بإحضارهـم مـن المدرسـة بـدلًا مـن البـاص، والـذي يليـه عـن طريـق مشـاركته لعبـة يحبهـا، وقبـل النـوم أكـد لـه إنـه شـكل مـن العطـاء والتعبـير أسـعدك كـما أسـعده.


القاعدة
الخامسة عشر

تعريض الطفل لخبرات حادة

يمـر الإنسـان بمراحل نمـو متدرجـة لكل منها سـعة محددة، سـواء على المسـتوى الفسـيولوجي، أو الإجتماعي، أو الوجداني.

ولـكل مرحلـة متطلبـات بيئيـة لا بـد منهـا لتسـاعد الطفـل عـلى تحقيـق نمـو آمـن، يسـتطيع مـن خلالـه إكـمال مسـيرته.

ورغـم معرفـة بعـض الأسر لهـذه الحقائـق نظريًـا إلا أنهـا تغفلهـا أثنـاء التطبيـق، فتجـد بعضهـم يُعـرض الطفـل إلى خـبرات حـادة أكـبر مـن قدرتـه عـلى الاسـتيعاب.

ولعـل أشـهر هـذه المواقـف والمثـال الصـارخ عليهـا، مشـاركة الأطفـال لحظـات مـوت الأجـداد مثـلًا، وتواجدهـم في مناخ غـير مفهـوم بالنسـبة لهـم، لا يجـدون بداخلهـم ترجمـة لـه في ظـل مـا تعلمـوه أو مـروا بـه.

والحقيقة أننا نتيجة لنقص خبراتنا قد نصل إلى تعميق تأثير هذه المواقف، فتجد الأم تطلب من طفلها الصغير الذي بدأ يجيد الحديث منذ شهور فقط أن يروي للناس كيف كانت لحظات جدة الأخيرة وهو يعاني سكرات الموت مثلًا، أو كيف كانت نظراته الأخيرة للحياة!!!

عبء ما بعده عبء أن نُحول الموضوع إلى رواية شديدة القسوة بطلها طفل يروي لحظات رحيل شخص كان يُحدثه ويتعامل معه، ثم لا وجود له.

أعلم أن بعض الظروف قد تضطرنا إلى ذلك فنحن لا نعيش بمعزل عن هذه الظروف، لكن التعامل مع هذه المواقف يجب أن يكون محاطًا بقدر من الإنسانية، الحنو، السعي لتخفيف حدته، وتلخيص كل ذلك في الطمأنة بمعلومات «طيبة» عن الموقف، عن الحالة التي يمر بها، لابد من الإكثار من لمس الطفل، عدم تعريضه للحديث المستمر عنها، عدم مشاركته لأحداث تمثل تحول حاد بالنسبة له، وضغط شديد على معلوماته الصغيرة، وقدرات

مخه على توسيع هذه المعلومات، فليس من الإنساني أن يرى الكفن، أو يشاهد كيف يتم تغسيل جده أو تشاهد تغسيل جدتها لتظهر بذلك أنها قوية-طفلة تخيل- أو أنه يحب جده ولم يخف أن ينزل معه القبر، أو يجلس في العزاء في أول الصفوف وهو في السادسة من عمره.

ليس من الطبيعي أن يرى الطفل جُرح شديد في جسم أحد أحبته، أو يُروى له قصة سرقة بالإكراه ليتعلم أو تتعلم من الخبرات!!!

ومن الحالات الشديدة في هذا الإطار ذلك الرجل الذي جاء وهو في عمر الإثنين وثلاثين عامًا وكان حديثه كالتالي «بصي يا دكتورة أنا عاوز حضرتك معلش تديني وقتي عشان أعرف أقول إللى جوايا لإني رحت لحد من كام سنة كده وحسيت إما إني أنا اللي ما قدرتش أوصل له مشكلتي أو هو اللي ما فهمنيش، هو قال إن أنا عندي مرض قلق الموت، وبصراحة أنا قريت عن الموضوع على الإنترنت، وجبت كتب، بس مش هو ده أنا، هو بس

الدكتـور أنـا كنـت رايـح تعبـان أوي وسـبت صاحبـي يتكلـم، مـا علينـا، المهـم إني عـاوزك تصـبري عليـا، أنـا مشـكلتي واللي خـلاني تـاني أجـي بعـد مـا مريـت بخـبرة المـرواح لدكتـور قبل كـده هـو مـوت حمـاتي الأسـبوع قبـل الـلي فـات، ومـن وقتهـا وأنـا مـش عـلى بعـضي، وده الـلي بيحصـل في كل حالـة مـوت، مـش خوفًـا مـن إن أنـا أمـوت، لأ والله، وأنـا متهيـألي هنـا مش جـاي عشـان أكـدب عـلى نفسـي، لكـن مشـكلتي مـع المـوت مرواحـة القـبر، بتحصـلي قبضـة، بحـس إني تعبـان أوي...».

سرح لبضـع دقائـق ثـم أخـذ نفـس بصعوبـة، قاطعتـه وقلـت: أكيـد منظـر القـبر مـش مريـح لأي حـد، بـس يـا ترى الموضـوع ده مـن إمتـى؟!! مـش يمكـن ليـك معـاه موقـف أو حتـى حكايـة إتحكـت لـك عنـه، حلـم، يعنـي في مواقـف كتير ممكـن تخلينـا ناخـذ موقـف مـن موضـوع معـين، يزيـد أو يقـل عـن الطبيعـي.

قـال «في حاجـة مـش عـارف ليهـا علاقـة ولا لأ، أنـا قاعـد براجـع معاكـي دلوقتـي، وإنتـي بتتكلمـي بـس هـي سـاعتها

مـرت يعنـي وكـبرت، و ..... أأأأه هـو أنـا مـن بعدهـا مـا رحتـش قـبر إلا بعدهـا بسـنين، بـس مكنتـش برتبـك كـده، هاحكيلـك الموقـف، بـس رجـاء يعنـي تاخـدي بالـك إني بعده كنـت عـادي، ولا إتعقـدت ولا بتـاع، أنـا كنـت ابـن الابـن الكبـير لجـدي، وجـدي الكبـير لإخواتـه، بـس جـدي جـات لـه مشـكلة في عينـه فمبقـاش بيشـوف أوي وقعـد كـده ييجـي عشريـن سـنة نظـره بيتأخـر كل فـترة، المهـم أخـو جـدي الـلي بعـده تـوفى ومـا كانـش متجـوز، وأنـا صغـير كانـوا بيقولـوا ماهـوش في الجـواز وعمـري مـا فهمـت ولا سـألت، مـات ماكانـش عنـده أولاد، راح أبويـا هـو الـلي يكفنـه ويغسـله، أو يغسـله ويكفنـه يعنـي لـو عايـزة الترتيـب، مـش عـارف أنـا إرتبكـت أوي ليـه كـده ... إدينـي ثـواني أخـد نفـسي بـس ولـو ممكـن بـلاش أسـئلة».

صمـت لحظـات .. وبـدأ بالفعـل تزيـد ملامـح الإرتبـاك الـذي يقـول عليـه، عرضـت عليـه يـشرب أخـذ كـوب المـاء لكنـه وضعـه دون أن يـشرب وعـاد للحديـث قائـلًا «هاكمـل

يـا دكتـورة، وقتهـا كنـت لسـه شـاري حاجـة المدرسـة بـس لسـه فاضـل كام يـوم مـا رحتـش المدرسـة، ورحـت مـع أبويـا أخـدني في إيـده، وفاكـر جـدتي بتقولـه ده لزمتـه إيـه، فقـال لهـا الراجـل مـا كانـش عنـده ولاد لازم عيـال العيلـة كلهـا يقفـوا لـه، وبعديـن إنـت مـش راجـل يـا فـلان، سـألني أنـا يـا دكتـورة، وطبعًـا قلـت أه، فقـال لي قـول لسـتك، نزلنـا جـري، ولأول مـرة أبويـا يركبنـي تاكـسي، رحـت وحـضرت كل حاجـة بقيـت أنـا الـلي بتحـرك بـين أوضـة السـتات والرجالـة، سـتي بابـا بيقولـك هـاتي كـذا.. سـتي تسـألني مـين جـه مـن أعمامـك، مـن بيـت فـلان، .... لا مـش قـادر يـا دكتـورة أنـا مـش قـادر، أنـا ليـه الخنقـة ديـه، أنـا حتـى مـا نزلتـش دمعـة، ورحـت وشـوفت القـبر، وعـادي، لأ مـش عـادي، أنـا شـوفت الفتحـة، الفتحـة بتاعـت القـبر، بصيـت أوي وبعـد كـده قالـوا عليـا إني كنـت هارمـي نفـسي عليـه عشـان كنـت بحبـه، وإن الحنيـة مـش بالخلفـة، كفااااية يـا دكتـورة عـاوز اسـتريح شـوية...».

عـاد الرجـل ليحكـي في حالـة سـيئة للغايـة خـبرات طفـل مـع القـبر، ورؤيـة نـزول جـده أخـو جـده بالكفـن محمـولًا، ثـم غـاب، أظهـر رجولـة طلبهـا منـه أبيـه، ووقـف عـلى القـبر مـع أبيـه يأخـذ العـزاء، لإن المطلـوب كان طابـور طويـل يقـول للنـاس إن لـه ولاد كتـير حتـى وهـو مـا خلفـش، عـاد الطفـل إلى بيتـه لعمـل العـزاء أسـفل المنـزل، ومناولـة الميـاة للنـاس، الحركـة داخـل أجـواء أيـام العـزاء، والخمسـان، ثـم الأربعـين، وهـي عـادت مصريـة لقراءنـا مـن دول وثقافـات أخـرى.

فتحـة القـبر منظـر ثقيـل عـلى قلبـه، لكنـه لم يواجـه نفسـه بالأمـر، لأن المواجهـة هنـا، البـكاء، الإعـراب عـن الخـوف، كلهـا كانـت تعنـي أنـه طفـلًا، وهـذا مـا كان سـينزله مـن نظـر الأب، ومـن مصاحبتـه لـه في المواقـف المختلفـة!!!

تحمـل الطفـل وكـبر، لم يجعـل منظـر فتحـة القـبر هـو الألم، ولكنـه جعـل حـادث المـوت نفسـه، ظـل يهـرب مـن وفيـات مختلفـة، حتـى أصبـح لزامًـا عليـه في بعـض المواقـف، فلـم يسـعه إلا أن يشـعر بضيـق شـديد يصـل إلى نوبـة قلـق كاملـة

مع موت أي شخص، خوفًا من أن يكون مطالبًا بالذهاب للقبر، فيكفيه ما يلقيه له ذهنه من رتوش لم يحكي فيها مع أحد!!!

الأمثلة على هذه المواقف كثيرة، تتضمن التعرض للتحرش الجنسي للأطفال، والذي يعرضهم لمشاعر حادة، شعورهم بالانتهاك، تعرضهم لزنا المحارم، والذي فيه يتخبط مفهوم «القريب الأمان»، جميعها مواقف شديدة التأثير على الأطفال، حادة على مشاعرهم، تحتاج إلى تعامل حذر، إلى دعم نفسي أسري، أو حتى مهني، المهم أن نساعد الطفل إن كان الموقف رغمًا عنا، أن يتخلص من تأثيره، من ما يمكن أن يُخلفه لديه وقد لا يظهر وقتها، لكنه مُسجل بتفاصيله الدقيقة، فوالله إن أنت حضرت كيف يصف الرجل فتحة القبر، تفاصيل شكل التراب الذي يراه مختلفًا عن أي تراب موجود في أي مكان، تلك السلالم المتعرجة التي نزلوا بها، تفاصيل حركة الكفن على جسم أخو جده، ثنية جسم الرجال للنزول به، شكل التُربي

ورؤيتـه لـه، لعلمـت أن الرقيـب العتيـد الـذي يكتـب عنـا كل شـئ لـه نسـخة تتحـرك معنـا، هـي ذاكرتنـا التـي لا تمـوت فيهـا الأشـياء، حتـى وإن غابـت، أو بالأحـرى ولـو طمسـت ببعـض وسـائل الدفـاع النفسـية التـي نسـتخدمها، لكننـا في الحقيقـة أسرى ذكرياتنـا، فأحسـنوا مـا يُخـزن لـدى أطفالكـم، فالذاكـرة لا ترحـم.


القاعدة
السادسة عشر

ادخاله في المشكلات العائلية

لعل هذه النقطة تحديدًا من أشهر الأخطاء التي تقع فيها الأسر مع أطفالها وإن بدأت في سرد الحالات لن أنتهي، فبين سيدة لديها مشكلات مع أهل الزوج وتريد أن توصل لهم رسالة أن ابنهم لا يدخل الكثير من المال كما يعتقدون فتوصل هذه الرسالة عن طريق ترك الطفل يذهب لهم بحذاء مخروم وحينما تعلق جدته لأبيه يبلغها أن والده لم يشتري لهم أحذية جديدة هو وأخيه، وأن والدته ستحصل على حوافز قريبًا وتشتري له!!!

وحينها سيحمل رسالة أخرى من الجدة إلى الأم التي ترسل أطفالها لبيت أهل زوجها دون ذهابها معهم تحت أي حجة.

وهــذا الــذي يــصر عــلى أن يتحــدث ابنــه منــذ الصغــر برجولــة وقــوة الرجــل لأنــه يــرى أن منــزل أمــه وخالاتــه تسيره النسـاء لأن حماتـه هـي التـي حـددت مـا يُكتـب في قائمة المنقــولات وغــيرت الــكلام بعــد أن اتفــق هــو مــع حمــاه!!

وتلـك التـي لا تنسـى أن تُذكـر ابنهـا منـذ عمـر ٤ سـنوات بأنهــا زي عماتهــا هاتطلــع تتصنــت عــلى الأحاديــث بــين النــاس!!!

جميعهـا أمـور لا دخـل للطفـل فيهـا لكننـا نـصر أن ندفعـه فاتـورة ليـس لـه فيهـا دخـل وكأنـه يدفـع حسـاب آخريـن.

ولا قـف الموضـوع عنـد حـد الخلافـات مـع العائلـة الكبيرة لكــن في الكثــير مــن الأحيــان يتــم «اســتخدام» الأطفــال في الــصراع الزواجــي وهــو مــا يُنقــص شــعورهم بالأمــان، ويُحـدث لديهـم خلـلًا في المشـاعر فلـك أن تتخيـل أن طفـلًا مطلوبًـا منـه أن يكـون بـين والديـه يميـل إلى هـذا دون ذلـك، ربـما يُطلـب منـه أن يسـيئ إلى هـذا ليحصـل عـلى دعـم وحـب ذلـك..

إن السواء النفسي الذي ننشده إنما يقوم على شعور الطفل بأنه بين والدين كلاهما يعمل لصالح المؤسسة الكبرى، لصالحه هو وأخوته، كل منهما يدفع ويضحي لأجله، غير ذلك فكل ما نقدمه له دون ذلك عدم ولو كنا نصل فيه الليل بالنهار.


القاعدة
السابعة عشر

الحرمان البيئي «الفلترة»

كما سبق ذكرنا أن الإنسان في خلال رحلته عبر الزمن يُكوِن سجلًا خبروي يمكنه من القياس عليه ثم السير في الحياة بناء عليه، وهي العملية التي تُعرف بالتعلم غير المقصود أو غير المدرسي، حيث يأتي التعلم من خلال الخبرة بالمواقف المختلفة.

وبالتالي .. فإن حرمان الطفل من الثراء الذي يمكن أن يتعلم منه، ووضعه في بيئة «معقمة» إعتقادًا منا إننا بهذا نحميه أو نحافظ عليه لهو خطأ جسيم لا نأخذ بالنا منه إلا حينما يكبر طفلنا عمرًا ولا يكبر سلوكًا أو توجهًا نحو الحياة.

تتعجـب بعــض الأمهــات مــن أن أطفالهــا يكــبرون ولا يحـدث إنفصــالًا عنهــا، ونتعجـب نحـن مـن أنهـا لم تنتبـه إلى أنهـا لم توفـر لـه البيئـة التـي تسـمح لـه بذلـك، فلكـي ينفصـل الشـخص بشـكل سـوي لابـد أن يتـم ذلـك بالتدريـج، وعـبر مراحـل مختلفـة مـن الإعتـماد عـلى الـذات، مـن الإختيـار، ولـن يـأتي الإختيـار إلا مـن تجربـة، لـن يـأتي إلا مـن محاولـة وخطـأ ومـا رحلـة الإنسـان إلا محاولـة وخطـأ، ألم يعـرف مذاقـه ثـم يعمـل عـلى تجنبـه.

سـيقول بعـض الأهـالي إننـا في محاولـة دائمـة لأن نُجنـب أولادنـا مـذاق الألم هـذا.. فهـل نحـن مخطـؤون؟!!

الإجابــة .. إن قــدرًا مــن الألم مهــم كــي نفهــم، فإنبـك لابـد أن يقـترب «بأمـان» مـن كـوب سـاخن ليفهـم أنـه قـد يتعـرض للخطـر، لابـد أن ينفتـح عـلى أصحـاب مختلفـين عنـه كـي يعـرف أنـه عليـه «اختيـار» مَـنْ يملـك سـلوكيات جيـدة، أو حتـى يعرفـه لكـن لا يبقـى قدوتـه أو في إطـار قريـب منـه عـلى مسـتوى درجـة القـرب.

الفلترة .. حالة فيها عدوان نسميه العدوان السلبي لأنك في النهاية تحرم طفلك من أن يُكون خبرته بنفسه، أن يكون لديه ردودًا داخلية تكونت عبر احتكاكه بالحياة حين تدفعه نفسه إلى الانغماس في بعض الأشياء التي لا تُحبها.

فنحن نحتاج لبعض المواقف التي نجربها بأنفسنا، نحكم عليها ويظهر لنا أن حكمنا خطأ حتى نتعلم كيف يتم الحكم.

نحتاج إلى مساحة نكتشف فيها قدراتنا التي يخبرنا بها آباءنا وأمهاتنا لكننا لم نجربها في حياتنا.

لكن التعقيم المبالغ فيه يجعلنا عرضه لمرض شديد نتيجة لأضعف بكتيريا أو ملوثات ستتعرض لها لا محالة لكن نفوسنا لم تُكوِن ضدها أي مقاومة لأنك كأب أو أم اعتبرت نفسك «المقاوم» الخارجي الذي يحمي، ولأن بقاءك ليس مضمونًا، ولأن النمو والنضج يعني أنك ستخرج من حياة ابنك شئت أم أبيت فإن إعتبار نفسك

عامـل المقاومـة والحمايـة الوحيـد لـه يعرضـه للخطـر في أي مرحلـة مـن مراحـل حياتـه.

جـاءني بعـد وفـاة والدتـه بسـبعة أشـهر وعـودة أختـه الوحيـدة إلى بيتهـا في إحـدى دول أوربـا، عمـره ١٤ عامًـا في الصـف الثالـث مـن المرحلـة الإعداديـة كانـت شـكوى والـده في التـالي «ابنـي يـا دكتـورة تقـدري تقـولي إنـه تقريبًـا مـات مـع أمـه، بـس مـش مـن الناحيـة العاطفيـة بـس لأ مـن كل النواحـي، لا عـارف يعيـش ولا يـاكل ولا يكلـم أصحـاب ولا أي حاجـة في الحيـاة، زي مـا بقـول لحضرتـك تقريبًـا أمـه ربنـا أخـد حياتهـا وهـي أخـدت حياتـه معاهـا، مـش قـادر ألومهـا هـي دلوقتـي في دار الحـق وإحنـا في دار الباطـل، ولإن «فـلان» جـه بعـد أختـه بــ ١٥ سـنة بتحـاول تجيـب لبنتنـا أخ، وبتعمل كل حاجـة عشـان تحمـل، عجِـزت الولـد عـن كل حاجـة، كانـت بينـا خلافـات كتـير عـلى تربيتـه، لكـن كأي راجـل مشـغول في شـغله بسـافر وبتنقـل كنـت أتكلـم شـوية وأسـكت خصوصًـا لمـا إكتشـفنا مرضهـا بعـد مـا بقـى عمـره ٨ سـنين».

فهمت من كلامه أن الأم كانت تقول بكل التفاصيل بدلًا عن ابنها، حتى أن طبيعة حديثه أو نموه اللفظي لم يكن متناسبًا مع عمره رغم أن ذكاءه بدرجة جيدة، لكن علاقته بأمه لم تجعله في حاجة أن يُطور من مهاراته اللفظية، تحدثنا كثيرًا لأرى طفلًا لا يزيد عن العشر سنوات إن أردت أن أجامله، لكنه أبدًا لم يتخطى الطفولة المتأخرة التي تنتهي عند الإثنى عشر عامًا.

قال ضمن ما قال « صاحبي .. فلان.. مش بقيت بشوفه كتير هو كان بيجيلي البيت عشان ماما الله يرحمها كانت بتخاف عليا أروح عند حد، وهي كانت بتعمل له كل الأكل اللي بيحبه عشان ييجي يقعد معايا، بس لما ماما الله يرحمها ماتت بابا قاله تعالى عندنا جه وجبنا دليفري اللي بيحبه بس قعدنا شوية ومشي بقى وأنا قعدت زهقان وهو قالي نتكلم واتس بس هو روح نام وتاني يوم شوفته في المدرسة وقالي معلش».

سألته عن مدرسته ومدرسينه فكان رده «أنا بحب المدرسة جدًا زي الدكتور زويل أنا شبهه على فكرة ماما الله يرحمها قالت كده بس مش ضروري أزعل لو جبت درجات قليلة، ماما الله يرحمها راحت للمدرسين بتوعي من أول ما دخلت إعدادي وقالت لهم أنا ما يهمنيش الدرجات يهمني إنه .. فلان.. يبقى مبسوط في المدرسة وملتزم عشان قالتلي محدش يضايقني أعمل اللي أعرفه واللي ما أعرفهوش كانت هي الله يرحمها بتبعت جواب معايا للمدرسين، ولغاية دلوقتي اللي مش بعرفه بقى مش بعمله بس في حاجة إتغيرت بس المدرسين مش بيكلموني على حاجة خالص يعني حتى اللي أعرفه لو رفعت إيدي محدش بيقومني مش عارف يمكن عشان فاكرني لسه زعلان عشان ماما أو لسه جوابات ماما ليهم مخلياهم يقولوا مش هانزعله عشان ما تزعلش منهم هي في قبرها!!!».

أبلغني الأب أن الأم قاطعت الكثير من أهلها لأنهم يلومونها على سلوكياتها مع ابنها، والبعض الآخر قاطعته بحجة أنه يضايق ابنها أو يرفض اللعب معه، تأخذ معها أكل بمواصفات ابنها في العزومات خوفًا من أن يكون الأكل الموجود من الأشياء التي لا يحبها ابنها أو يسبب له تعب ما!!!

ماتت الأم وابن الرابعة عشر من العمر لا يعرف أي شئ عن الحياة، يصطدم ولكن جدته التي صعب عليها حاله حاولت بحسب فهمها إراحته فقالت له أن كل مَنْ سيضايقه بعد وفات أمه سوف تغضب عليه هي في قبرها، وإن ربنا مش بيسيبه، هذا ساعده بعض الشئ على أن يبلع ما يصيبه من الناس لأن أمه سوف تغضب عليهم في قبرها وهي تشعر بكل مَنْ حوله.

حقيقي من الحالات التي احتاجت منا وقت طويل لمساعدة الابن على الإعتماد على نفسه، الشكر الجزيل في هذا الوقت وفي هذا السعي كان لوالده الذي أصر أن يعيد

ابنـه للحيـاة فـلا يمـوت مـع أمـه، قرابـة السـنة وهـو يـأتي بـه لنسـاعده عـلى النمـو الاجتماعـي، والانفعـالي، والنفـسي، ومسـاعدة الـذات، ونمـو الوعـي العـام، حتـى عـاد لا تقلقـه سـخرية زمـلاء لم تكـن أمـه في قبرهـا قـادرة عـلى صدهـم عنه، ولا يقلقـه أن يتواجـد مـع أهـل أمـه الذيـن وصلهـم الأب ليتـدرب عـلى العلاقـات الإجتماعيـة وسـطهم، يحبطـه هـذا، ويذكـره هـذا بأنـه تغير للأحسـن، ولا يفـوت هـذا أن يخـبره إنـه كان «يسـترخمه وهـو طفـلًا» لكنـه سـعيد بأنـه يتغـير.

لا تعلـم أمـه رحمهـا الله أنهـا كانـت تُقلـم أظافـره بحبهـا لـه والحيـاة تحتـاج جـزء مـن أظافرنـا لأنهـا حـرب أحيانًـا، حـرب ليأسـنا، أو نفوسـنا التـي أبلغنـا رب العالمين أنـه ألهمهـا فجورهـا وتقواهـا، تحتـاج أظافرنـا ليراهـا مَـنْ يمكـن أن يسـتضعفنا، نحتـاج خـبرات نفـرز بهـا النـاس ونختـار لـكل منهـم معاملـة مناسـبة، نحتـاج مواقـف نتعلـم منهـا كيـف نُعبر عـن الحـب، القـرب، فهـل تعلـم أن الكثـير مـن المشـكلات الزوجيـة لأشـخاص كبـار تـأتي مـن أنهـم ليسـوا عدوانيـين

ولا ينقصهم مهارة من مهارات الحياة سوى التعبير عن الحب، توصيل فكرة قبولهم للآخر، الخروج عن أنفسهم ومنح الآخر أهمية واهتمام في وجدانهم وظهور ذلك في سلوكهم؟!!!

لا داعي لفلترة حياة ولادنا فنحن وإن حميناهم مؤقتًا من ألم صغير الآن سيتعملون منه فنحن بذلك نعرضهم لآلام لا عدد لها في الكبر.


القاعدة
الثامنة عشر

المقارنة بالآخرين

علمونا أن أولى أشكال العدوان التي تمارسها نحو أي شخص هي أن تقارنه بشخص آخر، ذلك لأن المقارنة تفرض عليه حالة صراع نفسي وإنساني لا تنتهي، تُدخل البعض في تحدي شديد لمعيار ثقته بنفسه وربما تخبطها لفترة، تُدخله أيضًا في حالة من العنف أو التحدي لشخص آخر قد لا يكون له أي ذنب في الموضوع سوى أن شخص آخر وضعه في مقارنة معك وهي ما نسميها حروب بلا ثمن !!!

ولذلك فإن محاولتك لمقارنة طفلك بآخرين لا تساعده على تحقيق نمو سوي أبدًا، فهل تتخيل أن شخص يعيش صراع أن معيار نجاحه أو تفوقه أو تحقيقه لأي شئ هو شخص آخر وليس هو بقدراته واهتماماته وميوله

وظروفـه ستسـير حياتـه عـلى نحـو سـوي أو يسـهل عليـه تكويـن مفهـوم ذات إيجـابي عـن نفسـه؟!!

طيـب.. دعنـي أفاجـأك أن مـن خـلال سـنوات عمـلي، وفي حـدود الحـالات التـي رأيتهـا كانـت السـنبة الكبـيرة مـن الأولاد الذيـن خرجـوا عـن الأدب في الحديـث مـع أحـد والديهـم راجعـة لموقـف فيـه مقارنـة مـع شـخص آخـر..

فأمـا أن الابـن يخـرج عـن صمتـه ليلعن هـذا الـذي تقارنه به باسـتمرار، أو يكـون مضطـرًا أن يقـول لـك أن أهـل الشـخص الآخـر وفـروا لـه بعضًـا ممـا لم توفـره، أو أي شـكل من أشـكال الخـروج عـن أدب الحـوار تعبـيرًا عـن أنـه لم يعـد يحتمـل ذلك.

يحـضرني هنـا أكثـر الحـالات التـي رأيتهـا قسـوة، والتـي فيهـا الأم طُلقـت مـن زوجهـا وعمـر أولادهـا بـين ٤ سـنوات للكبـير، وعامـين وبضعـة أشـهر لأخيـه الأصغـر وقـررت هـي أن تعمـل عليهـم دون الحاجـة لوالدهـم أو مسـاعدته خاصـةً أنـه تـزوج بعـد الانفصـال عنهـا بثمانيـة أشـهر كانـوا لتجهيـز بيـت الزوجيـة، سـاعدها والدهـا الـذي لديـه تجـارة تخـص عائلتـه قامـت هـي عـلى فـرع منهـم ثـم مـع السـنوات

أصبحت مسؤلة عنها جميعًا لأن مجال عملها نسائي وهي قامت بتطويرها، ظلت سنوات تقوم على رعاية إبنها وحده حتى جاء وقت دخول الجامعة لابنها الكبير وحينها قررت هي دخوله جامعة معينة ليكون مثل ابن خاله والذي تضعه معه في مقارنة دائمة وعلى مدار كل سنوات عمره، أدت مناقشتها معه إلى إصابتها بشلل العصب السابع، ثم جاءتني بقرار أنها ستعيدهم لأبوهم فلم تطمر فيهم التربية، ولكنها فقط تريد أن تساعد الصغير على ذلك لأنه من وجهة نظرها إلى الآن ما عملش حاجة لكن أكيد هيعمل، طلبت منها تروي لي ما حدث وجعلها تصل لهذا القرار، وبعد صعوبة لرغبتها في عدم تذكره قالت «أقولك إيه بس، الباشا ابني بعد كل اللي عملته مطلعني ما عملتش حاجة، لو كنت سبتهم لأبوهم وكانت مراته ربتهم يمكن كانوا عرفوا أنا تعبت واتمرمطت أد إيه، أنا ما عملتش جريمة الواد ابن خالة مهندس زي الفل واشتغل في شركة كذا وعشان اللغة ما شاء الله بيسفروه النرويج، والنمسا، واستراليا، لسه عمره ٢٧ سنة ومعاه عربية زي عربية أبويا اللي إحنا اتحايلنا عليه

يجيبها بعد العمر ده كله، فبقول لإبني يا حبيبي ادخل كذا وابن خالك ياخدك معاك إنت شايف ... وعنها يا دكتورة والله العظيم ورحمة أبويا ما قولت غيرها، على فكرة جده لسه ميت ما بقالهوش أربع شهور يعني مش يحس على دمه ويقول أقف جنب أمي، لأ، فتح بصوت عالي زي اللي بيجعر لحد في السوق اللي أنا دافعه دم قلبي في مدارس ألماني وبروح أوي وأجيب وكورسات وهباب على عينه وعين أهله.. يقولي كفاااااااية بقى .. أنا تبعت يا ستي حرام عليكي هو كل حاجة فلااان وزقت، لو بتقولي على فلان اللي بقى كذا وكذا وصحابه ابن فلان وابن فلان ده كانت أمه قاعدة جنبه، كانت أمه بتذاكر له، أبوة في ضهره، إنتي عارفة إن خالي رفض الشغل معاكم عشان ما يرجعش من شغله يكون وراه غير بيته وعياله، أنا عامل زي الأعرج اللي شغال برجل واحدة، وكمان الرجل الواحدة فيها مشكلة عارف إنك مشغولة عشانا أنا وأخويا بس ما ينفعش بقى نقارن حد أهله عاملين له معبد بواحد وطلع لعيب كورة في نادي بواحد بيلعب كورة في الشارع وبيحاول يبقى كويس، تخيلي يا

دكتورة، أنا يتقالي كده؟!! كان في إيه أعمله معاه تاني؟!!
أنا كنت باخدهم معايا في العربية ونقعد في المحل أعملهم حتة يذاكروا فيها، يعني ما قصرتش، وبعدين ما الواد ابن خالهم زي الفل بقول لهم كده عشان يتشجعوا، وملاحظه أنهم مش بيطيقوه، بس بقول يبقى لهم قدرة عشان أبوهم ولا الهوا معاهم طبعًا أنا بعد ما فضل يزعق وديه أول مرة يعملها بقيت حاسة بصراع صداع وعيني زي ما تكون بتدمع غصب عني، وبعدها وقعت وزي ما إنتي شايفة.. لاااا زي ما إنتي شايفة إيه ده كده بعد العلاج الطبيعي فاضل حاجة بسيطة بس قالولي بتروح مع الوقت».

الحقيقة إن الأم فعلًا لم تقصر كما قالت، وفي ظروف أخرى ربما أخذت الأم المثالية على تعبها مع أولادها خاصًة لو سمعت إلى سلوك الزوج بعد الطلاق، لكنها لا تعرف أن المقارنة تضر بنفوس الأبناء، بل بنفس كل إنسان أيًا كان عمره، وهنا ستجد دفاع الأهالي عن الفكرة إننا في الحقيقة نحتاج إلى المقارنة كي نشجع أولادنا فكيف يتم ذلك دون أن تحدث مشكلات

نفسـية لأولادنـا؟!! والإجابـة مـن خـلال النقـاط التاليـة:

- علـم ابنـك أن يقيـس نفسـه عـلى قيـم معينـة أو معايـير ثابتـة لا أشـخاص.
- إن إحتجت إلى تجسـيد القيـم في أشـخاص حولـه حـاول أن تُنـوع هـؤلاء الأشـخاص وأن تؤكـد عليـه أن المطلـوب ليـس أن يكـون هـؤلاء الأشـخاص ولكـن أن يأخـذ منهـم نمـوذج لكيفيـة تحقيق قيمـه هو الخاصـة، بطريقتـه الخاصة.
- أكـد لابنـك أنـك تتفهـم طبيعتـه، وأنـك تفهـم وتقبـل أن النـاس مختلفـين.
- آمـن إبنـك مـن مقارنـات الآخريـن التـي قـد يضعونـه فيها فقـد يقـوم بعقـد هـذه المقارنـة أشـخاص غـيرك كالأجـداد والخـالات والعـمات، إن كان ذلك الموقـف أمامك حاول أن تذكـر الآخرين-بلطـف- بإيجابيـات ابنـك بحيث تسـاعده عـلى التخلـص مـن المشـاعر السـلبية الناتجـة عـن المقارنـة.
- ضـع لابنـك صـورة نجـاح في أشـكال مختلفـة تغطـي مختلـف جوانـب الحيـاة، كأن تحدثـه عـن نمـوذج في النجاح

العلمـــي، ونمـــوذج في التفـــوق الأخلاقـــي، ونمـــوذج في التفـــوق الريـــاضي، والمهنـــي، وغيرهـــا، بحيـــث يعـــرف أن المطلـــوب هـــو «الإجتهـــاد» فيـــما يـــرى نفســـه فيـــه، وأن للنجـــاح وصفـــة وليـــس شـــخصية معينـــة.

بهـــذا يمكـــن أن نســـاعده عـــلى خلـــق قـــدوة لكـــن دون الدخـــول في ســـلبيات المقارنـــة وصراعاتهـــا التـــي قـــد تســـتمر لســـنوات طويلـــة، فليـــس غريبًـــا عليـــك أن تســـمع مـــن بعـــض المحيطـــين بـــك بعـــض النـــماذج مثـــلًا .. إن فلانـــة قريبتـــي اتطلقت الـــلي كانـــت مامـــا دايـــمًا تقـــولي شـــايفة فلانـــة عاملـــة إزاي مـــع جوزهـــا!! أو تســـمع رجـــل يقـــول لـــك أهـــو فـــلان جـــاري قفـــل مشروعـــه أو إتفصـــل مـــن شـــغله وكانـــت أمـــي بتقـــولي نفـــسي أشـــوفك زي أســـتاذ فـــلان!!! هـــذه الأمثلـــة التـــي لا يمكـــن إلا أن تكـــون ســـمعت واحـــدة منهـــا ولـــو مـــرة في حياتـــك مـــا هـــي إلا نتـــاج نفـــسي قـــاسي لمـــا عانـــاه هـــذا الشـــخص مـــن أوجـــاع المقارنـــة وصراعاتهـــا القاســـية عـــلى النفـــس.


القاعدة
التاسعة عشر

الاستهتار بالأحداث التي تمر به

لكل مرحلة من عمر الإنسان الموضوعات التي يعتبرها مهمة، فاصلة، يعتبر غيابها جحيم، ووجود مشكلة فيها نهاية الحياة أو على الأقل تُفقد الحياة مذاقها.

وبالتالي من غير الإنساني أن نقلل من أهمية هذه الأشياء لدى الإنسان لأنها من منظورنا منخفضة القيمة، أو لأننا كبرنا مثلًا وعرفنا أنها لم تكن بهذه الأهمية.

فمن بين جوانب التربية النفسية الصحيحة للأبناء أمران مهمان هما:

تربية ابنك على إحترام مشاعره وخبراته الخاصة.

تربية ابنك على أن المشاعر خبرة فردية ذات بصمة فريدة.

والمقصـود هنـا أن أربي ابنـي عـلى أن يفهـم أن مـن حقوقـه عـلى الآخريـن إحـترام شـعوره، أو موقفـه، أو تلـك الأحـداث التـي يمـر بهـا سـواء إعتبرهـا سـعيدة أو حزينـة.

أمـا الشـق الثـاني فهـو يتضمـن أن أربي ابنـي عـلى أن يحـترم هـو نفسـه مشـاعره ولا يتأثـر في ذلـك بالآخريـن، فالمشـاعر كالبصمـة الشـخصية، هنـاك شـخص يتعـرض لموقـف يعتـبره عـلى مسـتوى المشـاعر أمـرًا بسـيطًا وهنـا مَـنْ يعتـبره أمـر شـديد القسـوة عـلى نفسـه، وهنـا المعيـار في البدايـة هـو، ثـم نختلـف حـول طريقـة التعبـير ومناسـبتها للزمـان والمـكان والمجتمـع الـذي نعيـش فيـه.

وإن كان ذلـك متفقًـا عليـه كحـق أصيـل لأبناءنـا فـإن أولى النـاس بتطبيـق هذا الحـق هم الأهـل، الدائـرة الأولى التي ينشـأ فيهـا، التـي تتضمـن الوالديـن، والذيـن نؤكـد عليهـما دائـمًا بإحـترام أحـداث الطفـل وتقديرهـا مهـما كانـت رؤيتنـا لهـا.

فطفلـك الـذي لم تشـكره المُعلمـة، أو لم تضـع لـه اسـتيكرز أو نجمـة كباقـي زمـلاءه اليـوم وجـاءك حزيـن أو في حالـة

ضيق ليس تافهًا، ولا غاوي نكد، وليس من المنطق أن تُخبريه بأنك تشتري له أفضل أنواع الملصقات، وأنه ليس محرومًا، ولا معالجة الموقف تكون بالسخرية منه ومحادثة كل شخص في العائلة عن أنه جاء يبكي اليوم لأجل ملصق لم يحصل عليه!!!

فأنتي هنا في الحقيقة لم تعلميه سوى أن أحداثه لا تعنيكِ، تعليمه أن مشاعره أتفقه مما يشعر بها، وهنا وبكل أسف ومع تكرار هذه المواقف لا يتعلم الطفل أبدًا وربما حتى الكبر في العمر ما الذي يجب أن يعبر عنه وما الذي لا يستحق، لأن الميزان لديه تخبط، فبين مجتمع الأطفال يجد أن الموضوع فارق للغاية، ثم يأتيكِ فتخبريه أن ذلك أمرًا شديد التفاهة ويستحق السخرية.

وهنا ستقول الأمهات: لكن أنا في حاجة إلى التخفيف عن ابني وتعليمه أن ليس كل شئ يحزن عليه، وستكون الإجابة:

نعـم .. التخفيـف عـن ابنـك، ثـم تعليمـه كيـف يعـبر عـن مشـاعره بطريقـة مناسـبة جميعهـا أمـورًا محمـودة، ونحـن نشـجعها تمامًـا لكننـا نختلـف مـع الطريقـة، ولكـي تحققـي مـا تريديـه بطريقـة صحيحـة وصحيـة نفسـيًا إليـكِ هـذه النقـاط:

- عـبري عـن تفهمـك لمشـاعره وأهميـة الحـدث الـذي يمـر بـه.
- قـولي لـه أنـك لـو كنـتِ في مرحلتـه العمريـة سـتكوني حزينـة بالطبـع مثلـه «ليفهـم أن المسـألة مسـألة عمـر لكـن دون جرحــه».
- لـو كان لديـك موقـف مشـابه في طفولتـك إحكيـه لـه لندخـل في فكـرة مشـاعية الحـدث أو الشـعور وليـس وحـده المضطهـد أو مَـنْ يتعـرض لذلـك.
- إفتحـي معـه طـرق لحـل الموقـف ودعيـه يضـع تصوراتـه وسـاعديه فقـط، ليفهـم أن المشـاعر مختلفـة عـن التفكـير والسـلوك، فـلا مانـع أن تقـولي لـه «أنـا طبعًـا عارفـة إنـك

أد إيـه زعــلان، ومعــاك حــق أنــا لمــا كنــت في ســنك كان الموضـوع ده بيضايقنـي أوي، خلينـا كل واحـد فينـا يفكـر إزاي نصلـح الموضـوع ده، يعنـي نشـوف إزاي بكـرة نخـلي المُدرسـة تديـك نجمـة؟!!».

- في مرحلـة لاحقـة مـن التفكـير معًـا بصـوت عـالٍ إسـأليه هـو مهـم ناخـد نجمـة كل يـوم؟!! وكـم واحـد لم يحصـل عليهـا؟!! وهـل الفصـل كلـه بياخـد؟!! طـب ولمـا هـو كان بياخــد كان في نــاس لا تحصــل عليهــا؟!! جميعهـا أسـئلة مسـتهدف منهـا وضـع سـيناريوهات بديلـة يمكنـه الإســتعانة بهــا حينــما يتكــرر الموقــف، فيســتطيع هــو التعامـل مـع الموقـف داخليًـا، ولا يسـتمر بحالـة الضيـق نفسـها حتـى يصـل المنـزل.

- إذا جـاءك يومًـا وقـال لـك أنـه لم يأخـذ النجمـة أو لم يحادثـه صاحبـه أو أي شـئ ممـا كان يضايقـه ولا تظهـر عليـه علامـات الضيـق السـابقة اسـأليه كيـف فكـر في الأمـر؟ وكيـف أداره في عقلـه، وأخبريـه أن خبرتـه السـابقة

بالموقف وزعله الشديد وقتها ساعده على أن يمر من الموقف هذه المرة بشكل أفضل.

- شجعيه على مناقشة مشاعره معك وأنك سعيدة بذلك فإحدى مشكلاتنا الكبرى في الوطن العربي الآن أننا لا نعرف على وجه الدقة كيف نعبر عن مشاعرنا بصورة إيجابية، كيف نميز درجات العلاقات التي تقوم على المشاعر، كيف نحترم مشاعرنا ليحترمها الآخر، وكيف نحترم مشاعر الآخر لنحيا معه في علاقة ودودة ليست في مهب أي ريح عابرة يمكنها بسهولة أن تُكسر مجاديفها ونصبح غرقى كل منا في جهة.


القاعدة
العشرون

التمييز لصالحه أو ضده

يقـع الآبـاء والأمهـات في فـخ التمييـز بصـوره المتعـددة لسـبب أو لآخـر يعتبرونـه «حجـة» أو مـبررًا للتمييـز لصالـح طفـل وبالطبـع ضـد آخـر، فمنهـم مَـنْ يـرى صغـر الأخ عـن أخواتـه مـبررًا للتمييـز، ومنهـم مـن يرى مـرض أحدهـم مبررًا لذلـك، أو تمييـزًا لشـكل الطفـل، لـذكاءه، لظـروف ميـلاده، أو لنـوع الطفـل ذكـرًا أو أنثـى، أو حتـى تمييـزًا لطاعتـه لأوامـر الوالديـن..

ولعـل التمييـز أو مـا يطلـق عليـه التفرقـة بـين الأبنـاء أحـد العوامـل القليلـة التـي فيهـا يضـار أطرافهـا جميعًـا، فمَـنْ يتـم التمييـز لصالحـه يضـار، ومَـنْ يتـم التمييـز ضـده، ومَـنْ يقـوم بالتمييـز سـواء كان الأب أو الأم!!

فالتمييـز أو التفرقـة بـين الأبنـاء هـي أول بـذور الكراهيـة ونقـص الثقـة بالنفـس، والشـعور بغيـاب العدالـة، ثـم ظهـور العنـف والعـدوان سـواء عـلى الـذات باعتبارهـا غـير مسـتحقة للإحـترام لذلـك تـم التمييـز ضدهـا، أو العنـف والعـدوان تجـاه المُميـز مـن إخوتـه، أو مَـنْ يقـوم بالتمييـز.

يعنـي ذلـك أننـا في النهايـة في دائـرة سـلبية لا تنتهـي، ذلـك أن العنـف والعـدوان للأسـف دائـرة مفرغـة إن بـدأت تتكـون في النفـس منـذ الطفولـة لا تقـف، لذلـك نحـرص عـلى توصية الآبـاء بالحـرص عـلى عـدم تكونهـا.

وقـد يعتقـد البعـض أن الصـورة السـلبية دائـمًا للمميـز ضـده، لكـن الحقيقـة أننـا نـرى في الاستشـارات التـي تأتينـا في مراكزنـا الكثـير مـن المشـكلات لأطفـال بـل وكبـار عانـوا لأنهـم عاشـوا تمييـزًا في الأسـرة لصالحهـم..

جـاءني يشـكو إكتئابًـا شـديدًا تخطـى مراحلـه الصعبـة في إحـدى المصحـات ثـم كان عليـه أن يسـتكمل علاجـه مـن خـلال جلسـات نفسـية جـاء فيهـا يشـكو بدايـة حياتـه ومـا

أوصله لما جعله يدخل المصحة النفسية للمرة الثالثة مرتين سابقين لعلاج الإدمان الذي توقف عنه بجهد كبير ثم المرة الثالثة إكتئابًا بعد رحيل زوجته الثالثة والتي تعتبر الزوجة الأولى التي إختارها بنفسه، فزوجته الأولى كانت من إختيار والده كي يساعده على الخروج من الإدمان، ولم تستمر معه أكثر من عشرة أشهر، والثانية من إختيار العمة شريكة الأب في كل شئ، ولم تبقى معه أكثر من عامين، ثم أحب تلك الثالثة وقرر لأجلها التوقف عن الإدمان نهائيًا، والحقيقة أنه من خلال تاريخه الإدماني فإن ما تحمله لأجل الزواج منها كان كثيرًا، لكن أيضًا زواجه منها لم يستمر إلا سنة وأربعة أشهر وواحد وعشرون يومًا كما يعدهم هو باليوم ويقول عنهم أنهم الأيام الوحيدة التي شعر فيها أنه بني آدم، لكنه أضاعها من يديه كما قال ودفعها رغم حبها له وتحملها لكل التحديات إلى طلب إنهاء العلاقة معه والهرب خارج البلاد، وفي هذا قال «زي ما حكيت لحضرتك كده ديه كلها قصتي، لو على

سؤالك بقى من وجهة نظري إيه اللي خلاني أعمل ده أو أرجعه لإيه أقدر أقولك ببساطة وفي كلمتين الموضوع كله يرجع لأبويا، وصدقيني مش برمي بلايا عليه، ولا بخرج نفسي من المسؤلية، أنا أقسملك بالله في المستشفى قيمت حياتي كلها، واللي هاقولهولك ده لأول مرة أقوله بعد ما بذلت مجهود كبير إني أجمعه، مش عشان حاجة أكتر من إني أشوف إزاي أنا فقدت الإنسانة ديه، زي ما قولتلك أنا ولد على ٣ بنات، قبل الأخير يعني أبويا جاب بنتين، وبعدين أنا وبعدين قال يخلف تاني يطلع ولد يسندني...».

بكى بكاء شديد إنقطع فيه عن الحديث لفترة ثم عاد معتذرًا «جت بنت وأبويا بقى إعتبر نفسه هو اللي لازم يسندني، طلعني غير أي حد في البيت، أقل أدبي يضحكوا، أشخط في البنات يقولوا هايطلع زي جده الله يرحمه ما يعجبهوش الحال المايل، ليا الحق أعمل كل حاجة لدرجة إني كنت باقعد أفكر كتير لما صحابي يقولوا بس الموضوع ده مش هينفع، عشان أقنع الحاج بيه والا ظروف البيت،

الكلام ده ما كانش في قاموسي أنا وبس، تصدقي وتؤمني بالله يا دكتورة ولا ليك عليّ يمين أنا مرة طلعت أمي ومعاها واحدة صاحبتها من البيت عشان صحابي قالوا جايين وأنا في المدرسة ورجعت لقيت أمي معاها صاحبتها ومستنية صاحبة تاني، كان أبويا في الإسكندرية بيخلص ورق، كلمته قال لي اعمل اللي إنت عاوزه، خليها تاخد البنات وطنطك مش عارف مين ديه ويروحوا النادي، أومال أنا بادفع اشتراكات أندية بالشئ الفلاني ليه، عشان يضايقوك؟!! دخلت أستحمى وأروش كده عشان أطلع أجهز عشان صحابي ييجوا، لقيت أمي بتظبط شعرها وإخواتي البنات لابسين وكله طالع على النادي، طبعًا جت الأوامر العليا وأنا باستحمى، ده مثال يعني تخيلي بقى أم عازمة اتنين صاحباتها في البيت تطلع هي وهم برة، أعتقد كده تقدري تقيسي الدنيا كانت عاملة إزاي.. نسيت أقول لك أنا كنت في تانية ثانوي، وكان صاحبي عاوز يحتفل بعيد ميلاد صاحبته وما كانوش عارفين

يروحــوا فــين، وكان مظيــط إنــه هياخــد فلــوس مــن أبــوه وكــده، ومتهيــألي البــت صاحبتــه شــبط فيهــا اتنــين صاحباتهــا فقلــت ييجــوا البيــت....».

عــاد للبــكاء تــاني، وظــل يــردد كلــمات غــير مفهومــة، ثــم بــدأ يوضــح الــكلام «تصدقــي إني عمــري ســاعتها مــا فكــرت مشــاعر إخــواتي البنــات إيــه وأنــا طالــع باصفــر مــن الحــمام وهــم كل واحــدة بتلبــس بسرعــة فجــأة كــده، مــش مهــم بقــى كانــت نايمــة والــلا بتذاكــر والــلا إيــه .. عــلى فكــرة أنــا كنــت في مدرســة غــير مدرســة إخــواتي، أبويــا قــال عشــان مدرســة إخــواتي شــديدة وســخيفة وهــو لــو حــد تعامل معايــا في المدرســة زي البنــات هــيروح يقفلهــا لهــم، عمــري مــا بصيــت في عــين أخــت ليّ أشــوفها زعلانــة والــلا فرحانــة، لمــا أدمنــت وبوظــت وبقــى يخبــوا بــلاويّ، أختــي الصغــيرة كانــت بتخلينــي نايــم وتيجــي تطبطــب عــليّ، كنــت باحــس بيهــا بــس ماكنتــش شــايف إلا نفــسي أو يمكــن مــن الزفــت المخــدرات كنــت باطردهــا بــرة، تفتكــري واحــد زي ده اتربــى التربيــة دي

هيطلع يعرف يعني إيه يحب واحدة؟!! يعني إيه يحافظ على بيت؟!! يعني إيه مشاعر بني آدم؟!! تعرفي واحد صاحبي سافر برة وجالي في المستشفى وأنا باتعالج من الإدمان وفي فترة النقاهة قال لي كلمة مش راضية تروح من بالي، قال لي خد بالك الموضوع محتاج إرادة أكبر من كده لأنك ممكن تبقى بتعمل ده عشان حبيبتك ديه تحدي ليك مش عارف تطولها إلا بالجواز، وهي شارطة إنك تتعالج من الإدمان فيبقى أول ما تتجوزها خلاص حققت اللي إنت عاوزة وترجع للإدمان.. أنا ما رجعتش للإدمان لما اتجوزتها، أنا بس ما عرفتش أكون إنسان، أو ما عرفتش بمعنى أصح أشوف حد غيري في الحياة، أبويا علمني إني أنا ربكم الأعلى والعياذ بالله، إن أنا وأنا مش مهم التانيين، تعرفي يا دكتورة يوم عيد الأم إخواتي البنات كانوا بيعملوا عيد كده أو حفلة لماما، أول مرة كنت فعلا عاوز أجيب لها هدية وحاولوا يشاركوني معاهم، أبويا مسك أختي الكبيرة وقال لها إن دي حاجات بنات، هو

لما يجيب يجيب لوحده، جبت لوحدي اللي هي بابا اللي اشتراها طبعًا، وأكيد كانت أحسن من بتاعتهم كلهم في التمن على الأقل، السنة اللي بعدها بابا سألني عاوز تجيب حاجة لماما، قلت لأ بقى وخالوا هييجي وخالتو ووجع دماغ، لأن أمي كانت كبيرة إخواتها، أبويا من يومها منع الاحتفال بعيد الأم عشان أنا ما أزهقش، وبقى إخواتي يجيبوا في السر، وأنا جبلة أقسم بالله، ولاااا حتى مجرد تفكير في حاجة، معايا حصانة وحماية وعشر دبابير ونسر.. ما اتعلمتش أكون إنسان، كل ما مراتي اللي باحبها تقول لي على حاجة ليها أحس بحاجة غريبة، هو يعني إيه ليها؟!! مش المفروض أنا اللي أعوز، أنا اللي أحس؟!! مش كفاية بتخرج معايا في الأماكن اللي باحبها؟!! لما بتحب تتصور باجيب لها أحسن حد، باختار لها الأكل اللي يبسطني وأكيد يبسطها؟!! مش هي داخلة حياتي والمفروض تبقى جزء منها؟!! بس مشيت، زهقت من إنها طول الوقت مش شايفة نفسها في الصورة، وأنا والله

العظيـم مـش عـارف أشـوف حـد غـيري، مـا اتعلمتـش، هاتـوا أبويـا يعيـى ويمـرض مـكاني، قولـوا لـه إن كنـدا مـش هـي الحـل، الحـل إني أتعلـم مـن جديـد يعنـي إيـه بنـي آدم يعيـش مـع نـاس تانيـة، ياخـد آه، بـس يـدي كـمان، يتميـز مـرة، بـس لازم التانيـين يحسـوا كـمان إنهـم مميزيـن .. آآآه يـا دكتـورة!! يـا ريتـه قـال لي مـرة أختـك والـلا مشـاعرها، يـا ريتـه قـال لأ عـلى حاجـة، يـا ريتـه إداني فرصـة أخـلي النـاس تقـرب مني بمجهـود مـش كلـه خوفًـا مـن زعلـه، أو عشـان أنـا ولـد وكسرة الولـد مـش عـارف تعمـل إيـه..».

ده نمـوذج مـن نـماذج منهـا الـلي كـبر ومـش عـارف يكـوِّن أصحـاب، ومنهـم الـلي فشـل في الـزواج، منهـم الـلي خـلاه تمييـز إخواتـه عليـه مـش عـارف يسـتقر نفسـيًا، ومنهـم الـلي عـاش يكـره أخـوه لغايـة ما مـات وجـه يقـول رغـم إني عارف إنـه مالـوش ذنـب بـس وقفـت في الجامـع مـش عـارف أصـلي عليـه، وقفـت أخـرس في الصـلاة والنـاس فكرتنـي مذهـول مـن موتـه، وأنـا واقـف مـش عـارف أكـبر وأنـا عـارف إن

مالـوش ذنـب وإن أمـي هـي الـلي كانـت بتميـزه عشـان كانـت فاكـرة إنهـا هتمـوت وتسـيبه عشـان هـو الصغـير، وسـبحان الله مـات هـو وهـي موجـودة!!!

ستقول الأمهـات.. ولكـن هنـاك حـالات فعـلا تسـتدعي مزيـدا مـن الاهتـمام كالطفـل المصـاب بمـرض أو إعاقـة، أو ذلـك الـذي يعـبر بحنـان عـن مشـاعره، أو ذلـك الـذي لا يملـك الكثـير مـن المهـارات أو مَـنْ يُعـرف بقليـل الحيلـة..

والإجابـة .. نعـم .. أتفهـم أن هنـاك حـالات تسـتدعي مزيـدًا مـن الاهتـمام ولكـن تحقيـق ذلـك بشـكل أكثـر صحـة يحتـاج إلى النقـاط التاليـة:

- اجعـلي الابـن ذا المشـكلة أو المـرض مسـؤولية الجميـع وأكـدي لإخوتـه أن كل شـخص مميـز بشـئ معـين يمكـن أن يعطيـه لـه.

- لا تنسي التعبـير للآخريـن كل واحـد منهـم بالطريقـة التـي يحبها .

- اجعلي لابنك المريض أو الذي يعاني مشكلة ما طريقة أو حاجة ما يستطيع تقديمها لهم.
- تباهي أمام الآخرين باهتمامهم هم بأخيهم وأنهم مَنْ يذكرونك بواجباتك نحوه.
- لا مانع من أن تكتبي مذكرات يمكنهم رؤيتها، فيها مواقف جميلة لكل شخص فيهم تجاه أخيهم المريض أو صاحب المشكلة، وشعورك نحو ذلك، ولا مانع بذكر بعضها في المدرسة ليُكرم عليها أو في عيد ميلاده.
- لا تهملي أحداثهم الهامة، فلا مانع من تبادل الأدوار بينك وبين أختك أو صديقتك أو زوجك يذهب مع مَنْ تصاحبينه باستمرار وتذهبين أنتِ الأحداث المهمة مع الآخرين.


القاعدة
الحادية والعشرون

المبالغة في تخويفه من بعض الموضوعات

هناك نوع من أنواع الأَسْر نفعله مع أبناءنا ونحن لا نفهم، والذي فيه نُحول أبنائنا إلى «أسرى» لنا ولعالمنا، وذلك حينما نقوم بتخويفهم بصورة مبالغة من أي شئ في الحياة، فإما أن ننقل لهم مخاوفنا أو نخيفهم من التعرض لهذا الخطر في حالة عدم وجودنا.

فحينما تراجع مخاوف بعض الكبار تجد أن أساسها كان غرسًا في الطفولة قام به أحد الوالدين لسابق خبرة سيئة به أو لحرصه المبالغ فيه على إبنه.

الغريب في الأمر أن هذا التخويف لا يحمي الطفل كما يعتقد الآباء بل هو وبكل أسف يزيد من قيوده، يُحمل قلبه مزيدا من القلق الذي لا يجد له مبررًا عقليًا سوى خبرة الوالدين.

فليس غريبًا أن تجد شخصًا يخاف بشكل مبالغ فيه من الأشخاص ذوي البشرة السمراء على الرغم من عدم تعرضه لموقف سلبي منهم، أو من المسلمين أو من المسيحيين، أو من الظلام، من المطر، من دخول الصحاب البيت، من السر للصحاب، من أبناء الريف أو الحضر....

عدد المخاوف كما تشاء ستجد أنك قابلت واحدا أو أكثر في حياتك يخاف من أشياء معينة، إما دون أن يحدث له موقف أصلًا معها، أو يخاف من أشياء بصورة مبالغة أكثر مما تستحق، كالسير في المطر مثلًا، أو إيداع أسراره عند الصحاب، وهي أمور يجب طبعًا التعامل معها بحذر لكن ليس بدرجة الخوف المرضية التي نراها.

ولكـن .. لماذا ربطت بـين «الأَسْر» وبـين التخويـف المبالـغ فيـه؟!! ولمزيـد مـن التوضيـح أذكـرك بـأن بعـض الآبـاء هـم مَـنْ يرتبطـون بأولادهـم ارتباطًـا مرضيًـا، ويتكـون لديهـم خـوف شـديد مـن ابتعادهـم عنهـم لأي سـبب، ولذلـك فهـم غالبًـا مـا يجعلـون أبناءهـم شـديدي الخـوف مـن الكثـير مـن الأشـياء حولهـم، وكأنهـم في غيابهـم أو بعيـدًا عـما وضعـوه لهـم سـوف يتعرضـون لخطـر.

جـاءت تشـكو سـوء علاقتهـا بزميـلات العمـل، وحينـما راجعنـا معهـا تطـور علاقاتهـا بالآخريـن قالـت «دايـمًا مـا عنديـش صاحبـة قريبـة، لأن البنـات صحبتهـم لازم تكـون بـالأسرار والـكلام عـن الخصوصيـات، ودي بالـذات حاجـات تخـوف قـوي مـن وأنـا صغـيرة ومامـا منبهـاني ليهـا، والحقيقـة باشـوف كلامهـا صـح، صحوبيـة البنـات عـن قـرب بتجيـب مشـاكل، صاحبتـك ممكـن تغـير منـك، تخطـف فرصـة تجيلـك، تخطـف جـوزك، فدايـمًا لازم تكـوني عـلى الحـدود، بـس المشـكلة دي الوقـت إن الـكلام بقـى يزيـد مـن البنـات

في الشـغل عـن إني مـش باحـب حـد ومـش باصاحـب حـد، (براويـة) يعنـي، رغـم إني والله مـش بـأذي حـد فيهـم، بـس مـش باقـدر كل مـا آجـي أقـرب ألاقـي نفـسي مرعوبـة، كل صحـابي ولاد، وبـردو مـش باكلمهـم في خصوصيـات، بـس آهـو أأمـن شـوية...».

حينـما راجعـت حياتهـا وجـدت خوفـا حقيقيـا مـن البنـات وصـل إلى إخفـاء معلومـات عنـي رغـم إنهـا توجهـت لي مـن خـلال أحـد أصدقائهـا الشـباب، لكنهـا حينـما اضطربـت نتيجـة لتداخـل بعـض كذباتهـا نظـرت لي مـن أسـفل نظارتهـا قائلـة «أصـل البنـت أو السـت مـا تنضمنـش لـو كانـت دكتـورة حتـى، ده تفكـيري .. دي دماغـي، يعنـي لـو إنـتِ مـا اكتشـفتيش الحاجـة أنـا مـش هاقولهـا لـك، أنـا قلـت الـلي فـلان عارفـه- صديقهـا الـذي جـاء بهـا- الـلي هـو مشـاكلي مـع البنـات في الشـغل، لكـن الـلي جـوه جـوه إنتِ وشـطارتك ولـو عرفتيـه مـا تقوليـش إنـك عرفتيـه لأني هاسـيبك وأمـشي، أنـا جايـة عايـزة حاجـة تريحنـي مـن وجـع الدمـاغ، بنـات

يعني سوس، أعمل إيه بقى حركات نفسية كده تخليني أعمل صاحبتهم وأنا مش صاحبتهم؟!!».

الحالة دي تحديدًا من الحالات التي أخذت مجهودا كبيرا لتفهم أن الأمر ليس بهذه السطحية التي تعلمتها ولم تفرزها أو تحاول وضعها موضع اختبار، لم تضع معاييرها الخاصة التي تجعلها تطمئن، عاشت وحيدة تقمع كل ما يريد أن يخرج منها خوفًا من خروج أسرارها، بلغت من العمر ما بلغت ولم تتمكن من أن تقول هذه صديقتي ولا حتى هذا صديقي، بل ولا هذا زوجي.

الخوف من الناس كان أعمق من فكرة إن «البنات سوس» والموضوع طلع إن الناس بتتذل لو ليها سر عند حد، حتى لو كان السر إنها عملت الزايدة عشان ماحدش يعرف إن فيه علامة في جسمها لما ييجي يلبسها مصيبة -على حد قولها- يقول علامة في جسمها؟!! بتتحرك بحقيبتها خوفًا من أن تأخذ زميلة لها بطاقتها دون

أن تـدري وتصنـع بهـا مصيبـة ثـم تضعهـا لهـا في اليـوم التـالي، فتدخـل الحـمام بحقيبتهـا تحـت أي تبريـر، هاعـدل مكياجـي، هامســحها جــوه في الحــمام .. أي مــبرر يســمح لهــا بتلــك الأمــور التــي تعــد غريبــة للآخريــن.

المخـاوف التـي يضعهـا الأهـل لأولادهـم تشـل حركتهـم، تجعلهـم دومًـا في حالـة خـوف غـير عـادي، والمصيبـة بالطبـع أكـبر حينـما يكـون مـا يخافـون منـه أمـرا لا يمكـن السـيطرة عليـه، كالخـوف مـن الجـن والحسـد، ففـي كتـاب سـابق لي تناولـت المـرأة التـي تخيـف أولادهـا مـن أهـل أبيهـم لأنهـم يحسـدونهم، ولسـوء حظهـم هـم يقيمـون معهـم في منـزل واحـد ثـم انتقلـت بهـم لكـن مازالـوا في شـارع واحـد، ثـم في نفـس المنطقـة لأجـل المـدارس وعمـل الأب، ووصلـت بهـن الدرجـة إلى أنهـن يخفـن مـن حسـد بعضهـن لبعـض، أقسـم لـك إننـي علمـت أنهـن يخرجـن مـن الحـمام بعـد الاسـتحمام وقـد غطـت كل واحـدة منهـن شـعرها وجسـدها تمامًـا خوفًـا مـن أن تراهـا أختهـا أو أمهـا أو أبيهـا، وهـذا بالنسـبة للابنتـين

الصغيرتين فيما يبقى الأخريات الكبار لا يخشون إلا حسد أهل الأب دون بقية الأهل!!!

احذروا التخويف المبالغ، احذروا تقييد نفوس أبنائكم من أن تنطلق في الحياة وتجرب وتعرف، تقع ثم تقف، تتعب ثم ترتاح.


القاعدة
الثانية والعشرون

محاربة إقامة الطفل لعالم خاص به

لنفس أسباب النقطة السابقة من وجود ارتباط يكاد يكون مرضيًا بين أحد الآباء وطفلهم، أو فرضهم لحماية زائدة على الطفل خوفًا عليه بصورة مبالغة، تجدهم يقاومون انفصاله بعالم يخصه، يقاومون ذلك بشتى الطرق التي تبدأ من التدخل في انتقاء الأصحاب، إلى تخوين هؤلاء الأصحاب أو تشويههم في حال ارتباط الطفل بهم، إلى محاولة توصيل فكرة للابن أنهم كأب وأم كافيين له من دون غيرهم!!!

ويبدأ ذلك من مراحل باكرة، ويحدث في كثير من الأحيان من آباء وأمهات مثقفين لكنهم يسلكون ذلك بطريقة غير واعية، فيبدأون في تلقين الابن بعض المشاعر

نحو أصحابه الصغار، من أمثال أنه يضحك عليه ليأخذ أشياءه، أو أنه يغار منه، أو أنه لا يدافع عنه، أو أنه يذاكر ولا يعطيه، وصولًا إلى أنواع مختلفة من الاتهامات تتناسب مع العمر الذي يمر به الابن.

ونتيجة لذلك لا يستطيع الطفل تكوين مهارات التعامل مع الأقران، ويزيد ارتباطه بالبيت وأفراد الأسرة على حساب نموه الاجتماعي الأشمل، وتدرج العلاقات، وتنوعها، وهو ما يجعل استقلاله أمرًا شبه مستحيل، هؤلاء الأشخاص يصبحون أكثر حساسية للنقد، متخلفين اجتماعيا عن أقرانهم لأنهم لا يمارسون الحياة معهم، يكبرون على أشياء كان يجب أن يعيشوها لأن الأب أو الأم هو مَنْ أصبح الزميل والرفيق دون غيره ممن هم في أعمارهم.

جميل أن نكون قريبين من أطفالنا، نصادقهم ونعيش معهم تفاصيلهم، لكن ليس جميلًا على الإطلاق أن نكون بديلًا عن حياتهم الاجتماعية بأكملها، بديلًا عمن هم في

أعمارهم يعيشون طقوسهم الاجتماعية، ويتشاركون الحلم الذي من المؤكد أنه سيختلف شكلًا أو مضمونًا أو كليهما عن حلمك كأب أو أم.

اسمحوا لأبنائكم أن يشكلوا عالمهم الخاص، وأن يتكونوا مع الجيل الذي ينتمون له، علموهم أن لكل علاقة أهميتها، فمن يصفهم البعض أنهم «ابن أمه أو بنت أبوها» بصورة تحمل السب أو النقيصة هم أشخاص عاشوا داخل ذويهم أو حاول ذويهم أن يعيشوا فيهم دون غيرهم فلم يستطيعوا الانفصال وتكوين ذات مستقلة تتحدث لغة عصرهم كلامًا، وفكرًا، وسلوكًا.

ورفض الأهل لأن يُكوِن إبنهم حياته الخاصة أو عالمه الخاص لا يتعلق فقط بعدم السماح له بإيجاد صحبة، بل يأخذ أشكالًا أخرى كأن يأخذوا القرارات بدلًا منه، لا يتركوا له فرصة لاختيار ملامح عالمه الخاص في أي من مفرداته ومكوناته.

قالـت «أنـا جـوزي زي الفـل يعنـي فلـة شـمعة منـورة، مفيهـوش أي حاجـة تتعيـب، بـس لمـا سـألتيني دلوقتـي يـا دكتـورة عـن حيـاتي الزوجيـة كل الـلي أقـدر أقولـه إن جـوزي العظيـم ده عيبـه الوحيـد إني مـا أختارتهـوش، أو اخـترت الهـروب بيـه مـا تعرفيـش.. تعـرفي يـا دكتـورة أنـا يـوم مـا نزلـت أنـا وهـو نشـتري السـتاير الـلي أنـا طبعًـا كنـت متفقـة معـاه إن هـو يعمـل نفسـه مقـرر إننـا نفـرش شـقتنا بنفسـنا ويفهـم مامـا إنـه عامـل كـده عشـان أمـه هـو مـا تنزلـش، وأنـا طبعًـا قاصـده إن مامتـي أنـا الـلي مـا تنزلـش معايـا، يـوم السـتاير بقيـت داخلـة في ضحـك هسـتيري والدنيـا كلهـا اتفرجـت عـلي، تصـوري واحـدة عندهـا ٢٦ سـنة أول مـرة أختـار سـتارة لأن حتـى سـتارة أوضتـي كانـت مامـا الـلي بتختارهـا، فأنـا بقـى نازلـة أختـار سـتاير بيتـي، سـيبك مـن كلمـة سـتاير خليكـي في كلمـة بيتـي وإتكـي قـوي عـلى بيتـي ديـه.. أنـا الـلي عمـري مـا كان ليّ رأي في حاجـة، ولـو الست الـلي بتنضـف جـت وماما في عـزا والـلا حاجـة وقلـت

لهـا تغـير حاجـة في أوضتـي مامـا تبهـدل بكرامتهـا وكرامتـي الأرض، إن كـده الأوضـة صغـرت، أو إن الشـباك هيعـدم السريـر لـو جـه تحتـه، أي ابـن عبـد السـلام معنـاه إن كلامـي غلـط وإزاي أنـا كواحـدة تافهـة أختـار حاجـة في أوضتـي، أو حتـى أقـول عـلى حاجـة أنـا عـاوزة أعملهـا، لغاية مـا كبرت.. «إنـت هنـا «ضيفـة» مـا تقوليـش حاجـة خالـص» تقريبًـا أنـا اتجـوزت وجـوزي أول واحـد خبـط عـلى بـابي عشـان أعمـل حيـاة.. قلبتـي عـلي المواجـع يـا دكتـورة أنـا بقيـت كل مـا مامـا تيجـي تـزورني وتقـول عـلى حاجـة مكانهـا كـده حلـو تـاني زيـارة تيجـي تلاقيهـا في حتـة تانيـة .. طـب خـدي الكبـيرة يـا دكتـورة مـا أنـا يعنـي جايـة عنـد دكتـورة عشـان نقـول كل الأسرار بقـى، في الصباحيـة قبـل مـا مامـا تيجـي لي البيـت قمـت وأنـا مـش قـادرة أتحـرك مـن تعـب الفـرح والرقـص وخلافـه طلعـت مفـرش سـفرة كنـت جايبـاه مخصـوص عشـان أفاجئهـا بيـه كـده قـدام خـالاتي وولاد خـالاتي اللـي جايـين معاهـا، المفـرش أخـضر في فوشـيا، تخيـلي إني كان

نفسي أجيب حاجة كده من وأنا في ثانوي يا مؤمنة وردت علي زي جولفدان هانم كده وقالت لي: يا ماما دي ألوان فلاحين ... طيب يا ماما نفسي، أصله موضة، طب عايزة.. نفس وش جولفدان مش بيتغير، وعينك ما تشوف إلا النور أنا سفرتي ٨ كراسي عشان عيلة جوزي ما شاء الله، فإنت متخيلة بقى مفرش أخضر في فوشيا اللي هو فلاحين على المساحة دي كلها؟!! جوزي بقى يقول لي إنت بتغيري إيه، ده وقته؟ وهو مش عارف إني لأول مرة باحط حاجة شبهي في وش أمي، خبيتها طول ما هم بيفرشوا عشان ما تشوفهوش وخليت بنت عمي تطلعه وتخفي بيه الأرض، لما قلت لي وعلاقتك بجوزك عاملة إيه، ماعرفتش أرد يا دكتورة أنا متجوزاه بقى لي ست سنين، مش شايفاه تقريبًا، شايفة كل حاجة كان نفسي فيها، محرمة على أمي تفتح بقها في تربية «فلانة» بنتي رغم إن كان نفسي تساعدني بس خلاااص خدت فرصتها في الحياة وفرصتي كمان..».

لازم نسمح لأولادنا إنهم يعملوا عالمهم بما يناسبهم، ببعض النصائح منا لكن ليس بمواصفاتنا نحن، وتنفيذنا نحن، وتعبيرًا عن ذوقنا نحن.


القاعدة
الثالثة والعشرون

القسوة في وضع قواعد حياته

لم أرد أن أضع العنوان في صياغة «الصرامة» في وضع القواعد وإخترت «القسوة» لأنها أكثر تعبيرًا عن الوضع المعقد الذي أتحدث عنه، الوضع الذي فيه أحد الوالدين يعشق جمود الجدول الذي يضعه، وتنفيذ تفاصيله بحذافيرها، أكثر من مفهوم «آدمية» طفله، قابليته الآن، قدراته الحالية، رغبته النفسية، ظروفه الفسيولوجية أو الإجتماعية ...إلى آخر ذلك من الأمر التي تجعلنا نغير قواعد، أو نُعدل من طريقة تنفيذها، نضع لها بعض المرونة، أو حتى نهدمها لأن طرأت أمورًا أهم.

والمبرر الذي تشيعه الشخصيات التي تتشبث بهذا الموقف هو أن الطفل إن لم يتعود على النظام، وإن لم يشعر

إنك لن تتنازلي عن أي شئ فيما تفرضيه سيعيش في فوضى، ويظل يفسح لنفسه المجال حتى ينهار كل النظام.

والحقيقة إنني أقر وأعترف بما تعتقده الأمهات، ولا يمكن لإثبات وجهة نظري في خطورة الصرامة أو القسوة أن أجافي العلم، وأخرج عن قواعده المدروسة من أن فعلًا حين لا يكون هناك جدية في تطبيق النظام فإن كل الخروقات قد تدخل للحياة بالتدريج.

لكن .. أنا هنا أتحدث عن الأمور التي أمامها تنهدم كل القواعد، أتحدث هنا عن فقه الأولويات الذي يجب أن يدخل مخ كل بني آدم، يجب أن يجعل حياته تعمل تبعًا له، فهناك أشياء تقل أو تزيد أهميتها وفقًا لموقعها الآن، وليس لقيمتها في ذاتها.

فالجداول مهمة جدًا لكنها تسقط أمام مرض ابنك، أو مروره بخبرة صادمة، أو وجود ظرف إجتماعي استثنائي أثر عليه وعلى قدراته على تنفيذ ما وضعته.

جاءتني مع أمها وهي تعيد عامها الدراسي للمرة الثانية ولا ترغب في العودة للمدرسة، وهو ما سبب عداء بينها وبين أمها على حد تعبير الأم «مابقتش طيقاها حساها مستسلمة كده، مفيش إرادة عشان تكمل وتضغط على نفسها، مش شايفة إن حلو إنها في السن ده تروح لدكتور نفسي واتنين وتلاتة بدل ما تبقى بتستعد للجامعة بلبس وشعر ونظام غذائي...» .

قابلت البنت وعلمت أن أعراضها تتمثل في «نوبة هلع» مفاجئة تأتيها وتجري على المستشفى لأنها-كما يُخيل لها- ستموت الآن، وتشعر بخفقان في القلب وارتعاش وتثلج في أطرافها وغير ذلك من الأعراض الُمشخِصة للمرض.

سألتها عن أولى مرات وقوعها في هذه النوبات فقالت «الأول بدأت بالترجيع ونفسي مش مظبوط بس، لما زي ما قولتلك من شوية كان مطلوب مني أروح المدرسة مهما كانت حالتي، وأنا مش قادرة خلاص أشوف البنات، وماما الأول ما كانتش عارفة ولما عرفت بعد

شهرين وشوية وقالت مش كلام زي ده اللي يجيبلك عقدة هاتروحي المدرسة يعني هاتروحي، بدأت الأعراض تزيد، رحت لدكتور قال إن ديه نوبات قلق، فضلت ماما تصر وأروح أقعد في أوضة الأخصائية الإجتماعية وأخد الواجبات عن طريقها، بس لما أجي داخلة امتحن الأعراض تزيد، وبعدين رحت لدكتورة بقى قالت إن الحالة نوبة هلع مش قلق، وقالت إن الموضوع زاد عشان ما اتعالجش، وماما كانت بتقول اللي يروح لحد نفسي يبقى إرادته خايبة، لغاية لما بقيت بفتح الباب وأجري على المستشفى الساعة ٣ صباحًا، بابا قال تتعالج أو نطلق هو وماما يعني، فماما جابتني بقى ووافقت إني أعمل جلسات علاج نفسي!!!».

البنت كانت تعرضت لسخرية من معلم في المدرسة، كانت قد وضعت تقويم لأسنانها- وهي بطبيعتها شخصية خجولة-فسألها ساخرًا أمام زميلاتها: وده حديد عز ولا ألومنيوم قبنوري؟!! ثم زاد السخرية منها بعد

جـزء آخـر مـن الحصـة، حتـى بكـت وخرجـت خـارج الفصـل الـدراسي، ولم تسـتطع العـودة بعدهـا.. (قريبًـا إن شـاء الله سـنصدر مؤلفًـا عـن تأثـير المعلـم عـلى البـشر عـبر مراحلهـم التعليميـة المختلفـة).

الأم لم تسـتطع أن توقـف ابنتهـا عـن الدراسـة أبـدًا رغـم مـا هـي فيـه، لم تتوقـف حتـى لفـترة لتمنحهـا قـوة تسـاعدها عـلى العـودة، فليـس المطلـوب عـدم ذهابها للمدرسـة، ولكـن مسـاعدتها عـلى التعامـل مـع الموقـف، تذكيرهـا بركائـز حياتهـا المدرسـية مـن صحبـة، وتميـز دراسي، وحمايـة يجـب أن تحصـل عليهـا مـن إدارة المدرسـة.

علمـت مـن البنـت أن الأخصائيـة الإجتماعيـة طلبـت مـن الأم أن تتدخـل هـي وتعيـد البنـت إلى الصـف الـدراسي بطريقة مهنيـة، لكـن الأم قالـت إن لها طريقـا تتبعه في حياتهـا، ومنهجية خاصـة بهـا يسـير أولادهـا عليهـا، وهـي تقـوم عـلى أن تسـير الحيـاة كـما هـي مهـما كانـت الظـروف دون تغيـير أي شـئ، وإلا سـتجعلنا الحيـاة نغير طريقتنـا تبعًـا لـكل موقـف فيهـا!!!

سألت الأم عن شعورها بابنتها وأن مرحلة المراهقة لها حساسيتها، وخصوصًا مرحلة الثانوي لدى البنات والأولاد، وشكلهم في المدرسة فقالت «أيوسه مش فاهمة إيه المطلوب، أسيب الحبل كده يتمرجحوا بيه؟!! أنا ست متعلمة، وقضيت حياتي كلها بصورة منتظمة، والحمد لله مشهود ليا في شغلي، وفي أهلي وأهل جوزي، أخت جوزي وهي بتتخانق مع ولادها بتقول لهم شوفوا طنط طول عمرها لو إنت رايح لها الساعة كذا هتلاقيها بتعمل كذا.. يبقى هي هاتغير لي طريق حياتي كله؟!! وبعدين المدرسة فيها مشكلة، التمارين مالها؟!! التحفيظ ماله؟!! دروس الإتيكيت اللي أنا مرتباها بالعافية مالها؟!! مواعيد النضافة الشخصية بتاعتها مالها؟!! موقف زي ده يخلي النظام ده كله يختل؟!! ده مفيش دولة بتقف على موت زعيم ولا رئيس، أمريكا لما بيحصل تبادل للرؤساء البورصة بتنزل؟!! الأفلام الأمريكية بيقف توزيعها؟!! العلاقات بالدول التانية بتتأثر؟!! الطيران بيحصل فيه حاجة ....».

ظلـت الأم دون توقـف تعطينـي أمثلـة لتقـول أن في كل الظـروف تسـير الحيـاة، وأنهـا مـع وفـاة خالتهـا التـي كانـت تربيهـا أكثـر مـن أمهـا جـاءت مـن الدفـن وطهـت الأكل الــذي سـبق وحضرتـه مـن قبلهـا ومشـى اليـوم بشـكل عـادي، وعـادت للعـزاء بعـد نـوم الأولاد!!!

لم تسـتطع الأم في الجلسـة الأولى أن تسـمع أي شـئ عـن «نظـام الـروح» أو «البعـد النفـسي» للحيـاة، لم تسـتمع إلى مفهـوم الخطـة البديلـة والاسـتثناء، لم تدعنـي أقـول لهـا عـن «روح البنـات»، عـن إن بعـض التغيـير في جـداول الحيـاة في مواقـف معينـة للأبنـاء قـد يبنـي فيهـم أكثـر مـن كل الكورسـات والتدريبـات واللقـاءات التـي وضعتهـا هـي أو غيرهـا مـن الأمهـات والآبـاء لأبناءهـم.

شـعور الإنسـان بـأن بعـض مواقفـه أهـم عنـد القائمـين عـلى آمـره مـن نظـام يحترمونـه، أو شـكل قـرروا أن يعيشـوا بـه الحيـاة، جميعهـا أمـور تزكـي فيـه الشـعور بالقيمـة، تعلمه أن الحيـاة مرنـة، وأن الإنسـان يضـع القوانـين والأنظمـة لتسـاعده

على حياة أكثر فاعلية مش حبل يُلف حول رقبته ليخنقه، يعدم فيه الإنسانية، وينسى الأمور التي تحل به رغمًا عنه.

جميل أن نضع قوانين تنظم حياة أولادنا، نظام يقلل الهادر من حياتهم، لكن لابد أن يكون نظامًا من لحمٍ ودم، نظام يحترم قواعد الإنسانية التي هي أولى أن تحترم، يحترم ويقدر ما يضعه رب العالمين للإنسان من استثناء في السفر والمرض وعدم القدرة، فليتخيل كل أب أن الصلاة-التي هي عماد الدين- فيها جمع وقصر، فيها صلاة قعودًا، وبالرأس بل بالعين، فيها وضوءًا، وتيممًا، وفيها كل ما لا يمنع العبد عن إقامتها لأنه محاسب عليها، لكن أداءها فيه كل السعة، كل الرحمة، فيه إحترام وتقدير لظروف الإنسان كافة، فإن أردتي أن تعرفي كيف يكون النظام مهمًا ولا يقع، فراجعي دستور رب العالمين في الصلاة والتعامل معها، ولعلك تعرفي أنه ليس أهم منها، ولا أفضل قيمة.


القاعدة
الرابعة والعشرون

ضحية الوالد لنفسه

الوالد سواء كان الأب أو الأم هو بالنسبة للابن بمثابة السند والركن الذي يركن له ويستند عليه مما قد يراه كبيرًا عليه، أو أعلى من قدرته على التعامل معه.

فمن أهالينا نأخذ القوة، نستمد حياتنا من روحهم، وكلما ظهرت لنا هذه الروح قوية، قادرة على التعامل مع مفردات الحياة شعرنا بالقوة، وكلما ضعفت ضعفنا.

وتبقى الإشكالية هنا أن ما نستمده في طفولتنا يبقى علامة مميزة لحياتنا اللاحقة، يرسم ملامح شخصيتنا.

وللأسف بعض الأهالي ينزعون إلى المبالغة في رسم صورة الضحية لنفسه أمام ابنه، في محاولة منه لأخذ المزيد من الحب، أو الشعور به، أو حتى الاعتماد عليه

كسند حين التعرض لمشكلة مع أحد المحيطين به.

وإن كان هذا يحدث بالفعل، ويرتمي الطفل في أحضان الوالد الضحية، أبًا أو أمًا، لكن الأثر السلبي لذلك أنه يتحول إلى ضحية هو الآخر، يعيش في الحالة حتى لو لم تكن ظروفه نفس ظروف الوالد الضحية، ويستمر ذلك لسنوات، تراه في الحياة منكسرًا وكأنه هو مَنْ عاش هذه الحالة!!!

وفي أحيان أخرى، يرفض الابن هذا الدور- دور الضحية المنقول له من الوالد- ويحاول أن يتبادل هذا الدور ويأخذ دور «المعتدي» وللأسف يبدأ ممارسة هذا الدور مع الوالد الضحية نفسه، فيجعله ضحية له أيضًا، فتجد شكوى من الأم أو الأب الضحية، من أن حتى ابنهم/ بنتهم، يتعامل معهم بنفس قسوة الآخرين الذين يعتبر نفسه ضحية لهم!!

وهنا يتبادر سريعًا إلى ذهن الوالد أن الطفل طالع لأبوه أو لأمه، لأنه يمارس نحو هذا الوالد ما يمارسه الوالد الآخر، ولا نفهم أننا مَنْ أعطيناه ضوءً بأننا «ضحية»

نتعايش مع الجلاد ولا نصنع نحوه أي شئ سوى التلقي!!!

إذن في كل الأحوال، وأيًا كان الدور الذي سيفضله طفلك، نحن في النهاية خاسرون.

أما طفلك فهو خاسر على مدار حياته، لأن الإنسان كما ذكرت لك يتشرب المناخ الذي نشأ فيه.

جاء يشكو من زوجته التي تدخل في نوبة حزن ليس لها معنى أو على الأقل هي أزيد كثيرًا من تلك التي تتناسب مع الموقف، وذلك عند معظم البشر حوله، وحين يُحلل بعض مناقشاتها يجد أمورًا تتحدث فيها لا تحدث في حياتهم من الأساس، وأثناء مراجعته لذلك واضطرارهم إلى التواجد مع أهل زوجته لفترة نتيجة لإصابة والدتها بجلطة، مر لأول مرة بأحاديث مطولة مع حماته عن حماه وحياتها معه، والتي كان يضطر لمجالستها نتيجة لانشغال زوجته في منزل أسرتها بأعمال النظافة، وتجهيز الطعام للوالدة المريضة، ونتيجة لهذه القعدات المطولة

التـي لم تحـدث أثنـاء فـترة الخطوبـة التي اسـتمرت لشـهرين فقـط نتيجـة لجاهزيـة الأسرتـين ماديًـا توصـل لبعـض الأمـور التـي قـال عنهـا ضمـن مـا قـال « مـن قعـدتي مـع طنـط فهمـت إن مـراتي بتشـوف في آنـكل، الـلي هـو فيـه حاجـات كتـير أقسـم بـالله لا هـي أنـا ولا طريقتـي، بـس بالاقـي مـراتي بتتكلـم فيهـا وكأنهـا أنـا!!! بـس مـش ده الغريـب والله يـا دكتـورة، كان الأغـرب بالنسـبة لي إن في مواقـف مـراتي كانـت صغـيرة عليهـا، ومواقـف كانـت في المنحـة الـلي جـت لهـا بعـد الثانـوي، يعنـي الـكلام منقـول لهـا عـن طريـق الحكـى مـن أمهـا، وعـذرًا يعنـي منقـول بمبالغـة المـرأة، تحـسي إن المواقـف مضروبـة في عـشرة، مـش هابالـغ أنـا كـمان وأقـول لـك في ميـة، حمـاتي سـت طيبـة جـدًا لكـن مبالغـة خصوصًـا في الشـعور الدائـم بـأن حـد هييجـي عليهـا، أو إن النـاس مسـتهدفة تخبـط فيهـا، عارفـة الجـو بتـاع الفيسـبوك ومافيـش صاحـب يتصاحـب، ومافيـش حـد بيشـيل لحـد جميـل؟!! حمـاتي عايشـاه بشـكل مُريـع، والله يـا دكتـورة المواقـف

بتتحكي ليك كأنك بتنضربي بسكينة، وهي مريضة ربنا يعافيها يعني هي خفت الحمد لله وإحنا رجعنا بيتنا اللي هو ورا الشارع بتاعها، تلاقيني كنت باطلع من القعدة معاها أقول لمراتي بضحك كده، عارف إني هيتنكد علي وأدفع تمنه بعد كده بس كنت باقوله، كنت باقول لها أنا باطلع من القاعدة مع طنط نفسي آنكل يطلع عايش وأموته تاني!!!، بس الحقيقة عذرت مراتي، رغم غيظي منها، واحدة أمها كده مع احترامي لها يعني، تفتكري مش لازم تطلع متوقعة الشر من كل حاجة؟!! عدم التقدير من كل حد؟!! إن ده هيدوس عليها؟!! دلوقتي أنا زي ما قلت لك جاي عشان أساعدها إزاي؟!! أقصد مراتي طبعًا لأن حماتي محتاجة رابطة الجراحين النفسيين يخلصوها من اللي شايلاه، أو يفهموها إن كتير من اللي بتحكيه مواقف عادية بس هي حطتها جنب بعضها!!!»

لخص الرجل الأزمة التي تحدث حينما ينقل أحد الوالدين أزماته، أو المواقف التي كان فيه ضحية، سواء

بشكل فعلي، أو نتيجة لتكوينه الذي يميل إلى العيش في دور الضحية.

ربما لأهمية هذا البعد وتأثيره على الأطفال خلال حياتهم، دعني أضع لك مثالًا آخر على النوع الثاني من تأثر الطفل بأحد والديه الذي يبالغ في دور الضحية، والذي يأخذ فيه اللابن الموقف المعاكس، فبدلًا ما يعيش في الحياة بمنهج الضحية يتحول إلى جلاد، معتدي، وأول مَنْ يمارس عليه هذا الدور هو الوالد الضحية نفسه!!

جاءت تشكو من ابنها الذي وهبته المصنع الذي ورثته من والدها، وهو مصنع صغير يتكون من ٨ عمال، وإثنين من الموظفين، ويقوم على مهنة ورثتها الأم من الأب والأم، أي أجداده، وتعتبر الأم نفسها شقيت على تربيته هو وأخته، حين طلقها زوجها وأخته لازلت في طور الرضاعة، روت الأم ما عانته، وما تعمدت أن تحكيه لإبنها الذي اعتبرته السند والحامي لها، خاصةً أن لها أخت متزوجة في إحدى المحافظات البعيدة من رجل

كان يـورد لمصنـع والدهـا بعـض الخامـات، وبالتـالي كانـت هـي الموجـودة مـع الوالديـن، والمتحملـة لـكل شـئ، كانـت تـروي لـه مـا فعلـه زوجهـا- أبـو ابنهـا- معهـا، ومـا عانتـه مـن العائلـة التـي يطمـع فيهـا كل شـخص لأنهـم يعتقـدون أنهـا «ناهبـة» أبوهـا عـلى حـد تعبيرهـا، كانـت تـروي لـه حجم معاناتهـا بوالديـن كبـار أختهـا لا تسـأل عنهـم لأنهـا أنجبـت أربـع أطفـال وأهـل زوجهـا يحتاجـون خدمـة، تحكـي لـه كل علامـات ميـل الدنيـا عليهـا، تقـول السـيدة «كنـت معتبراه سـندي يـا دكتـورة، بحكـي لـه كل موقـف، كل حاجـة مـرت بيـا، بقـول لـه المـرار الـلي شـفته، وكـسرة الضهـر، وأد إيـه طاطيـت للحيـاة، للنـاس، أد إيـه كل الـلي في نفسـه كلمتـين مضايقينـه ييجـي يرميهـم عنـدي، طمـع النـاس الـلي حـوالي، وهــو صغـير كان يقـول لي سـبيني اضربهـم يـا مامـا، كان لسـه يـا حبيبـي سـت سـنين ولا حاجـة، ولمـا كـبر شـوية تسـع عـشرة كـده كان يعيـط ويقـول لي بتسـكتي ليـه، كنـت أقـول لـه هاعمـل إيـه يـا حبيبـي، وكان في نـاس يدخـل ومـا

يسـلمش عليهـم، وأنـا أهديـه وأقـول لـه أنـا عايـزاك إنـت لمـا تكـبر تعـززني بقـى، وتعوضنـي، بـس سـبحان الله يـاااا دكتـورة، النـاس الـلي كان بيلـوم عليهـم، بقـى عامـل زيهـم، بقيـت أقولـه يـا ابنـي أنـا مـش ناقصـة وجـع، بقـى عنـده ١٩ سـنة، عشـان كان بيسـاعدني في المصنـع كان بيطلـع لـه مرتـب، يقـولي فلـوسي الـلي عنـدك وعـاوز أخطـب، قلـت لمـي إبنـك يـا بـت وخديـه في حضنـك واخطبـي لـه، خطبـت لـه مـن كام شـهر والخبـط زاد فيّ، يـا حبيبـي في أصـول، مافيـش حاجـة حماتـك تقولـك هـات مامـا وتعـالى، إحنـا بيـت مـن غـير راجـل مـش ضروري جوزهـا يكلمنـي هـي تكلمنـي، قـالي كلمـة كأنهـا خنجـر يـا دكتـورة خنجـر مـن خناجـر أبـوه زمان الـلي اتحملتـه والآخـر هـو الـلي طلقنـي وأنـا كنـت سـاكتة وراضيـة، طلـع العـرق دسـاس، وأنـا الـلي مـا سـمعت كلام النـاس، الـواد الـلي حنيـت ضهـري عليـه هـو وأختـه، يقـول لي قـدام أمـي، عـادي اسـتحملي يعنـي هـي جـت عليهـم واللا علـيّ؟!! اعتبريهـم جـوز خالتـي الـلي مـش بيقولـك اتفضـلي

لـو جـه مـع خالتـي وجايـب لهـا ولعيالهـا عشـا، ولا أبويـا اللـي كان بيسـيبك ويـروح أفـراح أهلـه عشـان كنتـي معاهـم ونسـيوا يقولولـك البـت جـاي لهـا عريـس، مـا جاتـش عـليّ يـا أمـه...»

بكـت المـرأة بشـدة، وقالـت «أمـي بقـى مسـكتني وعينـك مـا تشـوف إلا النـور، إنتـي ربيتـي وحـش في البيـت، وهياكلـك يـا «فلانـة»، فضلتـي تمليـه لغايـة مـا كـبر، وأول مـا هيجـرب أسـنانه هيجربهـا عليـك يـا بنتـي، كرهتيـه في كل النـاس، وخلتيـه يسـتوطى حيطك-المقصـود بهـا إنـه يخفـض مـن شـأنها فيخفـض حائطهـا أي يدخـل لهـا بسـهولة هكـذا فهمـت منهـا- فبقـى سـهل عليـه يقولـك اتحمـلي، مـا النـاس كلهـا دايسـاكي بالمـداس يـا بنتـي زي مـا إنـت بتقـولي لـه...»

استكملت حديثهـا بعـد بـكاء لفـترة «أمـي تعبتنـي أكـتر يـا دكتـورة أنـا مـش ناقصـة الـكلام ده، أنـا كنـت خايفـة أبوهـم يفـوق ويقـول أجـي أخدهـم، فكنـت باخـلي الـواد يحـس بي، كنـت باجـي بالليـل أعيـط وإحنـا واخديـن أوضـة في بيـت

أبويـا فكنـت بفـضي مـع ابنـي، يبقـى أخرتهـا يوجعنـي زي أبوه كـده، هـو ده وراثـة ولا أنـا الـلي قـدري كـده حتـى زرعتـي هاتطلـع خايبـة يـا دكتـورة قـولي لي ربنـا يكرمـك حاسـة مخـي هايتشـل، هـو صحيـح في نـاس اتخلقـت بـس عشـان تتعـذب في الدنيـا، مصيبـة لا البـت راخـره تطلـع كـده زي أبوهـا وزي ولاد عمـي، وزي النـاس الـلي شـوفتهم في الدنيـا، أنـا مـا شـوفتش حـد حلـو يـا دكتـورة، حتـى صاحبتـي الـلي جابتنـي عنـدك وده طبعًـا كلام في سرك، تيجـي تسـتلف مني فلـوس وتسـدد للنـاس كلهـا وأنـا الآخـر، فاكريـن مصنـع أبويـا ده بيطبـع فلـوس وهـم كلهـم عـشرة الـلي بيشـغلوه، وإنـت عارفـة الحـال...»

ظلـت المـرأة تحكـي عـلى سـواد كل شيء حولهـا، وأنهـا عانـت مـن طـوب الأرض كـما يقولـون، ولكنهـا لم تفهـم أنهـا حولـت نفسـها إلى «شـكل» يضعهـا فيـه كل مَـنْ يتعامـل معهـا، لم تـدع لابنهـا فرصـة إلا أن يراهـا في هـذا الإطـار، لم تفهـم أن الطفـل يصيـغ رؤيتـه لنـا ممـا نرسـمه لـه، لم تعـرف

القاعدة التي نعلمها للمتدربين حين ندربهم على نظرة الآخرين لهم والتي أميل إلى صياغتها في «الناس بتغرف منك وتديلك»، فلو أنت وضعت نفسك موضع احترام ستجد ذلك، أكيد لن ينطبق الأمر على الجميع لأن هناك مَنْ لا يحترم أحد أصلًا، أو هذا الذي لم يتعلم كيف يميز بين الأشخاص، لكن هذه القاعدة ستحميك من ٩٠٪ من السخافات التي تلقاها من المحيطين إن لم تفهمها.

لذلك نقول للأهالي آباءً وأمهات، احذروا «ضحينة» أنفسكم أمام أولادكم، وضحوا لهم حياتكم، وشاركوهم، لكن دون إفراط في ضحينة الذات.


القاعدة
الخامسة والعشرون

الانفجارات الانفعالية مع الطفل

حالـة تُضيـع عـلى الطفـل كل حـالات الإسـتقرار التـي يمكـن أن يصنعهـا لنفسـه، تجعلـه دائـمًا في حالـة مـن اللاثبات، والـلا اسـتقرار، تلـك التـي فيهـا أحـد الوالديـن يدخـل في «نوبـة إنفعاليـة» غـير مـبررة، أو إنفجـارًا ليس لـه سـابق إنذار.

فينـما تسـير الأمـور عـلى نحـو هـادئ، أو معتـاد يجـد الطفـل فجـأة انفجـار لا يعـرف مـن أيـن أتـى؟!! ولا لمـاذا أتـى؟!! ولا متـى سـيقف؟!! ولا حتـى يعـرف كيـف يحمـي نفسـه منـه في المـرة القادمـة إن مـرت هـذه الحالـة عـلى أي شـكل.

فالإنسـان يجاهـد طيلـة حياتـه مـع الآخريـن ومنـذ أول يـوم لـه عـلى الأرض في فهـم طريقـة كل منهـم، تحديـد مـا يغضبـه، مـا يقربـه، مـا يجعلـه يسـتجيب لـه، او يرفـض طلبـه.

فليس غريبًا عليك أن تجد طفلك يطلب طلبًا ما أمام جده الذي يعرف أنه سيجعلك تقبل كل طلباته، أو أمام زميل لك سوف تخجل منه، ومن هذه العلامات نفهم أن الطفل بدأ يفرز كل شخص، ويضع له «وصفة» تجعله ألذ!!!

لكن الحالة الانفعالية الحادة أو الانفجار الذي يصيب أحدهم لا يجعل الطفل يثق من قدرته على معرفة الآخرين، أو فهم مؤشرات ظهور الانفعال لأنه عادةً ما يحدث دون سابق إنذار.

الأطفال الذين يتعرضون لذلك في الحقيقة هم أطفال يعانون طيلة حياتهم من عدم الأمان، عدم الثقة في قدرتهم على فهم الآخرين وتوقع مآل تصرفاتهم أو مشاعرهم.

ورغم أنه ليس موضوعنا توصيف حالة الوالد الذي يدخل في نوباب إنفجارية، لكن ربما مهم أن نشير إلى أنه حالة تميل إلى الهستيرية في السلوك والتوجه النفسي، حيث ينزع الوالد أمًا أو أبًا إلى المبالغة في أظهار المشاعر التي تجد أهم ملامحها الصراخ والبكاء الزائد، التمتمة بحديث

غير مفهوم، وربما تكسير بعض الأشياء وإطلاق السباب واللعان على كل شئ.

وقتها لا يدرك الوالد الذي يقوم بذلك كم الرعب الذي ينتاب الطفل، وهي الحالة التي لو عاش فيها عشرين عامًا أبدًا لن يعتادها، لأنه لا يعرف مؤشراتها، وفي كل مرة تفرض عليه حالة من الرعب، غياب القدرة على التوقع، التوحد مع حالة الوالد، الرغبة في ضمه والخوف منه في نفس الوقت، حتى يحل بعضهم هذا الصراع بإظهار اللا مبالاة، التي لا تعبر عن شعوره الداخلي في الحقيقة، ولكنه يتصنعها ليداري حجم المفاجأة والرغبة في التمرد والرغبة في التخلص من هذه الحالة فورًا ولكنه طبعًا لا يعرف كيف يتم ذلك، أو متى.

قال «أنا قبل ما أجي لحضرتك حللت مشكلتي كويس جدًا، واشتغلت على نفسي بقالي سنتين قبل ما أفكر في طلاق زوجتي، عارف إن سبب مشكلتي هي أمي، طبعًا أنا قلت لحضرتك هي ماتت قبل زواجي، لكن

اللي شوفته معاها مخليني مش ممكن أسمح إن الولدين يعيشوا فيه، وعشان أوضح لحضرتك لحسن يتبادر إلى ذهنك إنها كانت بتكهربني مثلًا فطلعت راجل معقد أنا شايف إن قبل ما أحكي كتير عن زوجتي وبما إني بقولك درست الموضوع كويس خليني أحكيلك عن أمي في كام جملة كده.. هي ست متفانية في خدمة ولادها وجوزها، اللي هو أصلًا مش بيحس بحاجة ولا بحد خالص، بنك فلوس بمعنى الكلمة، كان نفسي قبل ما أمي تموت أقول لها أخر مرة عشتوا زوجين إمتى؟!! لإنه كان بيرجع مش شايف قدامه، كله عشانا، وهو مش واخد حاجة، وبلا بلا بلا اللي كل الولاد عايشينها، مفيش مشكلة هو أصلًا ما أخدش حنان من أبوة عشان يديه، بلغتك يعني يا دكتورة وبالكلمات اللي بتقوليها في كتاباتك إزاي ننتظر الورد من قلب الصبار.. أمي كانت منتهى الحنان والطيبة، لكن إنتي دايمًا معاها جوة جزيرة أصحابك يحسدوكي إنك عايشة جوة المية، منظر بديع، هدوء،

مافيش عادم سيارات، مفيش جيران مزعجين، حاجة كده تشبه الجنة، لكن ماحدش يعرف إمتى البحر اللي فيه الجزيرة الحلوة ديه هيقلب، وكل أوراق حياتك تتقطع.

ممكن أبقى متفق مع صحابي على حاجة وخلاص ماما اشترت الحاجة، وعملنا كل التجهيزات، لكن ييجي الموج، فكل حاجة تنهار، تسونامي، اللي فيه الصراخ والخبط والرزع، اللي فيه كنت بابقى شحط بس واقف مش عارف أعمل حاجة، كنت مش ببقى عارف أمسك رقبتها وأقول لها كفاية حرام عليكي، ولا أخدها في حضني عشان عارف إنها غلبانة ويمكن زي النحلة محدش حاسس بيها، بس الحقيقة عمري ما كنت ببقى قادر أتأقلم مع ده، حتى فكرة الجواز يمكن والله ماكنتش عاوزها غير بعد ما توفت أمي الله يرحمها، عذاب يا دكتورة، مش ببقى فاهم، والله العظيم بيبقى نفسي بس أفهم أي حاجة، مرة البواب بس مسح محط عفوًا يعني سلة الزبالة بعيد شوية عن باب الشقة، وهي واخدة مصفة الأوطة ترمي اللي فيها

عشان كان عندها وسواس نظافة بس مش كتير في المطبخ بس عشان الحشرات، طلعت ترمي وبتلوح بإيديها تقريبًا لقت البتاعة الهبابة ديه بعيد، أقسملك بدون مبالغة أربع ساعات هي جابت فيهم كل حاجة، أربع ساعات وصلنا فيهم إنها متحملة من أيام الخطوبة لما جدتي عملت مش عارف إيه، أنا بعدها مش عارف أنزل، مش عارف أكلمها، مش عارف أكل، كان عندي مراجعة مهمة قبل امتحان، نمت لغاية الصبح، حطيت المخدة ومش عاوز أقوم، ديه مرة من المرات، فهمت إن أبويا بيسيب البيت كتير عشان النقطة ديه بس ولو إني طبعًا مش شايف إنه عذر، أومال دورك فين، بس متهيألي لو كان بيقعد كان حد فيهم هايموت التاني لا قدر الله!!! مشكلتي بقى مع زوجتي إني حاسس بنفس الريحة، فجأة كده الدنيا مش عارف مالها، طبعًا على شكل مصغر، مفيش حد زي مامتي أبدًاااا، بس أنا كنت ابنها الرابع أصغر العيال، يعني ممكن تكون في الأول كانت زي مراتي كده، وبعدين

تطـورت، كل إخـواتي إتجـوزوا صغيريـن ومشـيوا وكلهـم استشـيخوا فمفيش حـد فيهـم راضي يديني كتالوجها زمـان عشـان أقيـس عليـه، أفهـم أمـي كانـت أقـل مـن كـده، ولما أنـا جيـت بعـد ١١ سـنة جـواز كانـت حالتهـا زادت ولا لأ، وأبويـا عايـش بعقـدة الذنـب وطـول الوقـت بيعمـل لهـا حاجـات صدقـة جاريـة فمـش هـاروح أقولـه هـي كانـت كـده مـن أول مـا إتجوزتهـا ولا لا، كل الـلي عارفـه إني مـش ممكـن هاسـمح إن الولديـن التـوأم ولادي حـد منهـم يسـتخبى زي مـا أنـا كنـت باعمـل وقـت انفجارهـا وأنـا صغـير بـين السريـر والحيـط، وفاكـر إني كـده باحمـي نفـسي..».

بكـى الرجـل ذو الثمانيـة والثلاثـون عامًـا وتوقـف عـن الحديـث بقـراءة الفاتحـة رحمـةً عـلى والدتـه وتأكيـدًا أنـه يـروي فقـط لأفهـم ولا ينقصهـا حقهـا أمـام الله في تربيتـه.


القاعدة
السادسة والعشرون

الحب المشروط للطفل

يأخذ الطفل كل ثقته ومشروعية وجوده كما يسميها التحليل النفسي من وجوده داخل أسرته أو جماعته الأولى بكل ما يحمله، ما لديه وما ينقصه، كي يستطيع أن يُكون لنفسه ذات إيجابية.

وإشكالية بعض الأسر أنهم يمنحون لأولادهم حبًا مشروطًا، هو أقرب للحرمان منه إلى العطاء، ففي الحب المشروط يعطيك الأب أو الأم فقط إن حققت ما وضعوه شرطًا أو شروطًا لتكون ابنهم المقرب، ابنهم المحبوب!!

ورغم أننا في عالم الكبار قد ننهي علاقة سنوات بأشخاص نكتشف أنهم يحبونا لأننا- فقط ..فقط- نحقق شروطهم في الحياة، إلا أننا لا نأخذ بالنا حين يتعلق الأمر

بالصغار، فتجدنا بسهولة نكرر «إفعل كذا عشان أحبك، أو اللي عاوز يبقى حبيب ماما فعلًا ما يعملش كذا، أو إزاي عاوزني أحبك وإنت بتعمل كذا».

جميعًا للأسف لا يحمل كلمات لفظية فقط، بل يحمل توجه حقيقي لدى البعض، فالكلمات قد تكون خاطئة ولكنها لا تحمل المعنى الداخلي، لكنها لدى البعض بالفعل تعبر عما يقولون، أن حبها له كإبن يتعلق بدرجاته في المدرسة، أو تهذبه، أو طاعته، أو أخذ صفه أو صفها حين الخلاف مع الطرف الآخر إن كان هناك مشاكل زوجية أو خلافات مع أهل أحد الزوجين.

هذه المرة لن آتيك بحالة طفل، ولكني سآتيك بحالة أم من إحدى الدول العربية، هي ذاتها جاءت لتقول إنها تشعر بأنها خسرت حياتها، لأن ابنتها تتصرف معها بطريقة قاسية، وأنها عرضتها لمواقف شديدة القسوة في أيام فرحها، ومما قالت « قبل فرحها بيوم تقولي إنتي طول عمرك قاسية عليا، ما ينفعش إنتِ اللي تاخدي

حاجة إنت ما ادتيهانيش، تصوري يا دكتورة عمتها هي اللي تبقى معاها ساعة تجهيزات فرحها وتنزل تشتري لها أغراضها؟!! تقولي دي كانت تقف معي وقت ما كنت إنت تاركاني، أنا الحقيقة يا دكتورة طول عمري علاقتي بيها مو طيبة، أحسها تتعمد تضايقني، أنا كنت وإلى الآن وحتى ما أقابل ربي على خلاف مع أهل أبوها، وهي ما في دم من وهي صغيرة تروح لهم، تسولف معهم، تحكي أسرارنا، حتى لو كانت الأسرار إني مريضة، أنا مااااا أحب حد يعرف عني شي، خصوصًا هم، هذي حياتي وأنا حرة، أيوه كنت أقول لها إنت طول ما بتروحي هناك بعيدة عن قلبي، أكذب على الله وأقول لها حبيبة ومو حبيبة؟!!! رب العالمين قال ابنك اللي يحبك يطيعك، ربنا بيحبنا كيف؟!! بالطاعة، في عبد قريب لرب العالمين بلا طاعة؟!! كيف يتم اختيار الأنبياء؟!! قبل ما يختارهم ربهم طيعين، خلوقين، بارين بأهلهم، كيف يعني أحبها وهي تضحك لهم في مناسبة أكون منبهه على الكل

إني مـاااا آبي أي كلام معهـم، مـن وهـي صغـيرة تبتسـم لهـم تيجـي عمتهـا تحملهـا، وتخلينـي في موقـف ربي أعلـم بيكـون جسـمي كلـه فيـه نـار، كيـف أحبهـا؟!! كنـت أخـد أخواتهـا وهـي خـلاص تـروح معاهـم، عمتهـا مـا أعطاهـا الله خلفـة، مـا كانـت هاتعـرف أصـلًا تـربي فـالله مـا تقـل عليهـا، لفـت عليهـا كيـف الحيـة خـلاص، تاخدهـا تتحاكـى معهـا، تقـرب، لكـن لمـا يصـير زواج، أنـا الـلي أرتـب الأغـراض، أنـا الـلي أدخـل في لبـس فسـتانها، لكـن تقتلنـي وتقـولي وهـي بتقيـس بـس دقائـق أمـي خلينـي بـس عمتـي يـا دوبهـا توصـل وتشـوف؟!!! فيـن سـنين تربيتـي، أقـول لهـا يـا بنتـي يـا بنتـي الأصـول بتقـول عمتـك تشـوف مـع النـاس، أنـا أمـك بـس وصديقـة عمـرك نشـوف ونقـول رأينـا، مـو حلـو إن كتـير يشـوفوا فسـتان عروسـة خليهـم يتفاجئـوا، تقهـرني والله قهـر وتقـول عمتـي مـو غريبـة، وترجـع تقـول ليـه كنـت أقـول لهـا مـن وهـي صغـيرة إنهـا مـا هـي قريبـة لقلبـي؟!! وهـي مـا عملـت لي حسـاب مـن وهـي صغـيرة، وكتـير أقـول يـا أمـي

يـا بنتـي خلينـي أحبـك ومـا تدخـلي معهـم، مـا تسـايريهم، لكـن خـلاص إنـت اخـترتي، وإخواتـك طاعـوني، ليـه زعلانـة اليـوم وتسـوي قصـص عشـان تخرجـي عـن الأصـول؟!! ليـه أنـا أحـرج نفـسي؟!! قلبـي محـروق منهـا دكتـورة، ولـولا إني اتعرفـت عليـك مـن أم .... كان قلبـي هيفضـل تعبـان قهرتنـي في فرحهـا، هـي متصـورة رب العالمـين هـا يسـعدها وأمهـا غضبانـة؟!! هـي كانـت أقـل إخواتهـا في الدراسـة، مـا فهمـت إن ده رد رب العالمـين عشـان طاعـة الأم؟!! مـا فهمـت الرسـالة؟!! أنـا باعـترف ولا أخفـي شـيئا بقلبـي، أنـا كنـت بربيهـا عشـان سـؤال رب العالمـين، لكـن حبـي لهـا هـي مـا عملـت الأشـيا الـلي تزرعـه لهـا في قلبـي».

حـب الأم لابنتهـا كان «مشروطًـا» منـذ طفولتهـا بدرجـة جفائهـا في معاملـة أهـل والدهـا، ولأنهـا البنـت الوحيـدة ضمـن سـتة إخـوة ذكـور كانـت تميـل قلبًـا، لا تجـد في قلبهـا ضغينـة نحوهـم كـما قالـت الأم، وبالتـالي لم تسـتجب لـلأم، وهـو مـا لم يجعـل الأم تخفـي أنهـا ليسـت صاحبـة دلال عـلى

قلبهـا، وأن معزتهـا في قلبهـا تهـاوت مقارنـةً بإخواتهـا، ممـا دفعهـا لإيـلام أمهـا بالفعـل، في مواقـف فارقـة معهـا.

يجـب أن نتعلـم أن أطفالنـا سـيكون منهـم المختلـف عنـا، لكـن هـذا الاختـلاف لا يجـب أبـدًا أن يتعلـق بمنحـه الحـب، بتوصيـل مشـاعر القبـول الكامـل لـه، وحـين نرفـض علينـا أن نخـبره أننـا نرفـض سـلوك، نرفـض طريقـة، نرفـض أسـلوب، نرفـض ونكـره موقـف، لكـن لا نرفضـه هـو ولا يمكـن أن نتحـول عنـه أو يتحـول قلبنـا عـن قبلتـه.


القاعدة
السابعة والعشرون

السخرية من طريقته وأراءه

بمراجعة حياة الكثيرين ممن حادوا عن طريقة أهاليهم بصورة متطرفة، وهؤلاء الذين كرهوا الكثير من قواعد المجتمعات وعملوا على تكسيرها، وأولئك الذين أصبحوا يحملون كراهه لكل ما اتفق عليه البشر في توجهاتهم العامة والمحمودة، ستجد أن الكثير منهم يرجع إلى تربية كانت ترفض آراءه وتسخر منه، صحيح من هؤلاء مَنْ واجه كل هذا وأصر على النجاح وإثبات وجهة نظره، لكن هؤلاء مَنْ توفرت لهم ظروفًا نفسية أخرى مكنت لهم من التعامل القوي مع هذا الرفض وهذه السخرية.

كتبنا خلال كل النقاط السابقة كيف يتكون لدى الطفل ثقته بنفسه من خلال أسرته، وكيف يمكنوه من خلال

تربيتهم له من قدر معقول من توكيدية الذات، وقدرة على إيجاد مكان له في العالم المحيط به.

وحينما يعتاد الطفل على السخرية منه ومن أراءه منذ الصغر فأن ذلك سينعكس بالضرورة على مفهومه عن نفسه وقدرته على تقديم أراءه.

ففي خلال سنوات عملي كنت أقوم بعمل إختبارات في بعض الأماكن لإختيار الأشخاص لبعض المهن داخل هذه الأماكن أو المؤسسات، وحينها كان يستوقفني بشدة هذه الحالة التي يكون عليها شاب حاصل على مؤهل محترم، ومر بمواقف تعليمية عديدة، ولكنه لا يستطيع التعبير عن نفسه، ينكمش لأي محاولة-مقصودة- لهز موقفه ناحية شئ يعرضه بقوة، أو الإضطراب الشديد عند أي محاولة لفهم المزيد منه عما يعرض.

وبطبيعة المهنة أفهم أن هذه الأمور تقوم على ركائز لم ينالها في منزله، لا تتعلق أبدًا لا بمؤهله العلمي، ولا حتى بسنوات خبرته المهنية لأنها أشياء تُزرع في الطفولة.

فالسـخرية مـن الطفـل وأراءه بـدلًا مـن مسـاعدته عـلى فهـم الخطـأ فيهـا، وإحـترام تفكـيره، وإجتهـاده في الوصـول لموقـف ولـو كان خاطئًـا ويجـب تعديلـه كلهـا أمـور شـديدة السـلبية.

وهنـا سأسـوق لـك مـا هـو عكـس ذلـك، سأسـوق نموذجًـا إيجابيًـا لأم شـاب قابلتـه في حـدث للأيتـام، يتحـرك الشـاب الصغـير وسـط فريـق عمـل كلـه تطوعـي، يتحـدث إلى الجميـع، وحـين جـاء شـخص يخـبره أن مـا يقومـون بـه في إجـراء مـا خطـأ، بهـرني مـا قالـه للرجـل، بعـد أخـذ كل إحتياطـات الأدب عـبر عـن إنـه «طيـب تمـام حضرتـك أنـا هاتـصرف، جمـع الشـباب معـه وقـال لهـم إننـا عملنـا كـذا خطـأ وكان لازم نجهـز كـذا في الأول» الجيـع يسـمع، البعـض متذمـرًا، هـو يعنـي لازم الخطـوات مـا المهـم كـذا، وإحنـا هانعيـد كـذا مـن الأول، وهـو لازم الكبـار يمشـوا كل حاجـة بمنهجهـم، بعضهـم أصابـه إحبـاط، بعضهـم لم يتوقـف أصـلًا وكأنـه طائـع بـلا تفكـير، لكـن الشـاب أكمـل حديثـه في ظـل

كل هـذه الأجـواء وقـال «طيـب هايجيـلي سـؤال هـو إحنـا مش عملنـا وخـلاص، وهـو ليـه ييجـي يقـول لنا نعمـل كـذا وكذا، هـارد عليـك وأقولـك إحنـا مـش مسـتأجرين، وفعـلًا ممكـن نكمـل عـلى مـا بدأنـا، لإنـه مـش خطـأ قاتـل يعنـي ولا مميـت، إحنـا بـس عاوزيـن نوصل رسـالة حلـوة، إن مـش الـلي بيندفع لـه بـس هـو الـلي مُلـزم يعمـل الـلي المـكان حاطـه شرط للعمل فيـه، وإن ممكـن لمـا نفهـم رؤيـة النـاس بـأدب، ومـش بطريقـة تعجيـز إننـا نسـتجيب، وحلـو إننـا نمـر بخـبرة إن حاجـة إحنـا عملناهـا بطريقتنـا وندخـل تحـدي إننـا نعلمهـا وتطلـع جميلـة بـردو بـس بطريقـة حـد تـاني هـو شـايف إن ديـه قوانينـه....».

ظـل الشـاب يحكـي، وبعدهـا علمـت أن أمـه لم تسـخر منـه يومًـا، وأنـه تعلـم أن يفكـر ويعمـل مـا يمكـن لـه القيـام بـه، ويُعـدل دون أدنـى ضيـق حـين تأتيـه ملحوظـة «مهذبـة»، ليس هدفهـا التقليـل مـن شـأنه، ولا هدفهـا إظهـار أنـه لا يفهـم، وأكـد الشـاب إن ده كان سـبب إنـه يتعلـم مـن كل النـاس، وإنـه يسـمع لـكل شـخص يحترمـه ويحـترم رأيـه ثـم يختلـف

معـه، إنـه فهـم إن مشـكلات مجموعـات العمـل لمـا يكـون كل واحـد شـايف إن تفكـيره بـس الـلي صـح والـلي حوليـه مـش فاهمـين، هنـا بيشـوف إن النـاس حوليـه لـو تدخلـت هاتقلـل مـن شـأنه فبيقـاوم.

وقتهـا سـمعت منـه صـوت أمـه وليـس صوتـه، تأكـدت إننـا حينـما نحـترم أولادنـا حتـى حـين نختلـف مـع مـا يعرضونـه، نخلـق منهـم أشـخاص يحترمـون أنفسـهم دون تشـنج، يتقبلـون الآخـر دون خـوف، يتقبلـون أنفسـهم ولـو أخطـأوان وهـؤلاء فقـط مَـنْ حـين يتوهـوا يرجعـوا حيـث كانـوا لأنهـم يعرفـون أن الاختـلاف سـنة الحيـاة، وأن تغيـير الطريـق ممكـن بفعـل الريـاح، لكـن مَـنْ يعـرف ملامـح طريقه يعـود لهـا ولـو تغـرب عنهـا سـنوات، وبعـد عنهـا بـلاد.


القاعدة
الثامنة والعشرون

وضع الطفل موضع إتهام دائمًا

لن أشرح هذه النقطة، بل سأدخل على المثال مباشرةً، ربما لشدة الحالة، أو لأنها ستوضح عمليًا تأثيرها في نفسية الطفل ونموه.

طلب مقابلة سريعة خلال الأسبوع، وفي أقرب وقت، بالفعل إستطعنا في المركز أن نحقق له ذلك، عرفني بنفسه، وبدأ يروي لماذا كان متعجلًا في اللقاء، وأنه لم ينم منذ حدوث الموقف الذي جاء به، وبالتالي فقد مر عليه ثلاثة أيام دون نوم، وحينما تناول ما مر به قال «طبعًا مش أول مرة يحصل لي موقف زي ده، بس عارفة حضرتك يعني إيه أبقى ماسك «....» في الشركة ولما تيجي تحصل سرقة أبقى مهزوز كده وأتعب وأمشي؟!! هو الحمد لله

الناس كلهم ثقة فيا، بس مفيش شك الموضوع هيجيب كلام، فلان حصل له كده وقت سرقة، أنا بقالي ٣ سنين مع الناس ديه أجازاتي مش باخدها، فتخيلي بقى».

عرفت منه إن حصل سرقة في الشركة عنده وكانت حالته تعبانة جدًا، مع تفريغ كاميرات الشركة في نفس اليوم شافوا حاجة غريبة، استطاعوا منها تضييق الخناق على ثلاثة أشخاص طلع منهم واحد فعلًا هو اللي واخد الحاجة لكن كان بيحاول يتحرك بعيد عن الكاميرا، وظهرت ملامح بسيطة.

كانت مشكلة الرجل أنه مرض رغم أنه ليس موضع إتهام أصلًا، والسرقة ليست في مكانه، لكن مع فترة الراحة وسط اليوم وإعلان وجود سرقة لشئ ما، بدأت يتعب ونقله أحد الزملاء إلى بيته بسيارته لأنهم خافوا عليه من قيادة السيارة من حالة الإعياء التي إنتابته!!!

مع الحديث سألته كل ما يمكن أن يكون له صلة بالأمر، من حيث مدافعته عن هؤلاء العمال سابقًا، أو إنه

تـورط في موقـف سـابق أعـادت الـواقعـة لـه ذكـراه، إلى أن قال «لا يـا دكتـورة عمـري مـا إتعرضـت لحاجـة كـده الحمـد لله، لكـن أبويـا عشـان تقريبًـا كان شـقي أوي عـلى مـا بسـمع مـن عمامـي وجـدي، كان دايـمًا عامـل فيهـا كورومبـو، أو المفتنـش كونـان، يدخـل يشـم أوضتـي، يسـألني أسـئلة كـده مامـا كانـت بتقـولي إنـه بيوقـع الـلي بيكلمـه عشـان يعـرف الـلي هـو عـاوزه، أنـا بصراحـة مـا كنتـش بتضايـق عشـان عمـري مـا كنـت بعمـل حاجـة غلـط، الـلي هـو خايـف منـه بـدأ دلوقتـي مـع أخويـا الصغـير خالـص، أنـا أفتكـر إني اتضايقـت منـه مرة واحـدة بـس الصراحـة عـمال أفكـر أقولهـا لحضرتـك والـلا لأ، بـس مـش مجمـع شـجاعتي إني أقولهـا.»

صمـت قليـلًا، ثـم طلـب ورقـة وقلـم ليكتـب مـا يريـد، لأنـه مـش قـادر يقولـه، وإنـه شـايف إنـه دي الحالـة الوحيـدة الـلي جرحتـه، أخـذ الورقـة والقلـم وكتـب إن والـده كان بيفتـش في غيـاره الداخـلي، ويقلبـه بيـده عـدة مـرات وهـو في المراهقـة، خوفًـا مـن أن يكـون بـدأ في ممارسـة العـادة السريـة.

عـاد للـكلام بعـد أن قـرأت الورقـة وقـال الرجـل ذو الثماني وعشريـن عامًـا «أنـا كنـت الكبـير بتاعـه، وهـو كان خايـف قـوي منـي، فـكان دايـمًا شـايف إني هاعمـل حاجـة مجرمـة، كلمني عـن الحاجـات اللي كتبتهـا لـك ديـه مـن وأنـا صغـير، وقـال لي إنهـا بتبطـل الصـلاة، ومـش ممكـن أمسـك المصحـف، وإلا ربنـا هيسـخطني، فـكل مـا كان يشـك إن في حاجـة مريبـة كان يقـول لي روح اتوضـا وتعـالى امسـك المصحـف عشـان تقـرا لي حاجـة بصوتـك كـده أشـوف المدرسـة دي بتعلمكـوا والـلا لأ، طبعًـا هـو بيبقـى عـاوز يشـوفني طاهـر والـلا لأ، المضحـك بقـى يـا دكتـورة إنـه كان بيعمـل ده معايـا، وأنـا عفـوًا يعنـي سـامحيني أنـا أسـف والله في اللفـظ، مـا كنتـش بلغـت بلـوغ الذكـور!! تخيـلي، بـس فهمـت بعديـن طبعًـا، أصلـه كلمنـي في الـكلام ده بـدري، وكان بيقـول لي بيضيـع النظـر، وبيمنـع رحمـة ربنـا وكـده يعنـي»

سرح طويـلًا وطلـب ورقـة وقلـما مـرة ثانيـة، لكنـي أقنعتـه أن الأفضـل أن يتحـدث لأن سـماعه لكلامـه، وسـماعي

لطريقته سوف يفرق كثيرًا في فهمنا للأمر عن الكتابة ..
تردد للحظات وقال «اللي حكيته ده مش أصعب حاجة،
أصعب حاجة كانت في شك أبويا فيّ لدرجة خوفه على
أختي مني، يعني لو أنا خارج من أوضتها باجيب حاجة
والّا أي موقف وهو موجود لازم بسرعة يدخل يشوف
هي فين، ويسألني دخلت ليه، ويقلب وشه جدًا، ودايمًا
يكلمنا عن البلاوي ديه، مش عارف إزاي كان متصور إني
واحد مـتربي حلال وممكن أقرب من أختي، عفوًا يعني
يا دكتورة، بس اللي بيحصل لي لما يحصل سرقة أو حد
يقول حد نقل الكلام أو حاجة، باخاف ليه؟!! هو عمره
ما شك فيّ في مال، هو كل مشكلته خوفه من إني أدخن،
أو عفوًا يعني اللهم احفظنا يكون فيه - عفوًا - جنس
يعني أو أفكر في حاجة جنسية، وأنا أبدًا والله العظيم يا
دكتورة، يعني حصل مرة اتفرجت، غصب عني واحد
صاحبي فاقد كده بس مشيت وسيبته وقطعت علاقتي
بيه، بس مش عارف باتهز قوي لو حصلت حاجة غلط،

طبعًا فكرت في موضوع أبويا، بس مش فاهم إزاي أتأثر في حاجة الراجل ما عملهاش؟!! في حاجة محرج أقولها بس حضرتك قلتي لي كله بينفع، ويا ريت حضرتك ما تنظرليش نظرة وحشة، والله العظيم ده حصل وأنا صغير، ومرة واحدة، وعاقبت نفسي عليها وقتها، وقلت أكيد أبويا كان فاهم صح، بس والله العظيم أنا ماليش يد فيها، بالله على حضرتك تفهمي إنها حصلت وأنا ١٤ أو ١٥ سنة، مرة عفوًا يعني حلمت إني والعياذ بالله بابوس أختي، بس عفوًا مش بتاع الإخوات، حضرتك فاهماني؟!! ساعتها حسيت إن النفس وحشة، وإن أبويا معاه حق، وإن ممكن الإنسان يقع، وبقيت آخد بالي جدًا من كل غلط في الدنيا، لو مكان فيه بنات قرايبي أبعد، لو مكان فيه حد سايب فلوس كده أبعد أو أقول له خلي بالك فيه فلوس على الترابيزة مثلًا أو على المكتب مثلًا....»

ظل الرجل يحكي ما يؤكد أن الأب زرع فيه الخوف من نفسه، زرع فيه أنه متهم إلى أن يثبت العكس، زرع فيه أن

نفسه غير مأمونة، ولكن بشكل مبالغ فيه، فبدلاً من أن يعلمه أن نفوسنا تهوى ونحن نوقفها عن الهوى، أوصل له أن نفوسنا تقودنا بهواها، وأننا دائمًا تحت عجلاتها ترمينا لتنطلق إلى ما تريد!!!

وضع ابنك في موضع المتهم دائمًا يشعره بأنه ضعيف، أنه لا يملك حيلة كبيرة أمام ما قد يعتريه من متطلبات تلوح بها النفس ثم فجأة تنفذها دون أدنى مقاومة منا.

علمه كيف يقوى النفس، ولكن لم يعلمه كيف يقوى العقل، كيف يمكن أن يوقف الشرور، فحوله إلى متلق خائف دائمًا مما سيلقى عليه.. قال الرجل في حديث له لاحق أنه يشك أحيانًا في نفسه أن يكون فعل السرقة، أو النظرة أو أي شئ يتهم به آخر، أنه يراجع نفسه دائمًا خوفًا من أن يكون كانت له يد في أي مشكلة تحدث حوله!!!

لا تحولوا أولادكم إلى شخصيات ضعيفة لأنها كانت موضع اتهام دائم منكم، تتلقى الاتهام وكأنها وقعت فيه فعلًا ثم تبحث، هل وقعت فيه بالفعل أم لا!!!


القاعدة
التاسعة والعشرون

عدم احتضان الطفل أو آلية احتضانه

الجسـد .. أمر قـد لا نعتنـي بإشـباعه الروحـي، نعـم .. هـو جسـد ولـه إحتياجـات فسـيولوجية، لكـن هنـاك جـزء فيـه عبـارة عـن أرض كاااملـة لا يتـم اسـتزراعها إلا ببعـض الأمـور النفسـية، كالتعبـيرات الحلـوة عـن قبولـه، ولمسـه بحـب، ويـأتي عـلى رأس ذلـك «الاحتضـان».

لا يعنـي الاحتضـان مجـرد ضـم جسـم طفلـك، أو مَـنْ تُحـب، بـل هـو حالـة إفضـاء يمكـن فيهـا أن ينقـل جسـمك صامتـًا كل مـا يمكنـه قولـه للطـرف الآخـر، ولذلـك ليـس غريبًـا أن تجـد شـكوى زوجـة مـن أن زوجهـا الـذي يعطيهـا كل شـئ يحرمهـا حضنـه، أو تجـد شـخص يسـافر مـن مـكان

لآخر بحثًا عن حضن شخص يعرف أنه سيكفيه محادثات طويلة، وكلام لا ينتهي عن الأمان، ومواقف كثيرة فيها توصل له رسالة أنك تدعمه.

فهناك مواقف يقول فيها الإحتضان كل شئ، يجعل الشخص يكتفي، نعم .. هذه هي الكلمة المناسبة، يكتفي.

ورغم معرفتنا بأهمية ذلك، ورغم إنك لو طلبت من شخص أن يصف لك ما يحتاجه حين تضغط عليه الدنيا ستجد الإجابة «أستخبى في حضن أمي، أو أترمي في حضن أبويا، أو أخويا، أو زوجتي، أو بنتي ...» لكننا لا نفهم أننا يجب أن نعطيه لأطفالنا ليعرفوه، كي يستطيعوا معرفة مذاقه، والتدريب على أنه يكفي أحيانًا حين لا يُجدي كل الكلام.

بعض الأمهات والآباء يبخلون على أولادهم بالإحتضان، لمعاني ومفاهيم بل دعني أقول لمبررات غريبة، فمنهم من يقول أنه لا يحب القرب الجسدي؟!!

وهـذا أقـول لـه تعالـج أولًا ثـم تـزوج أو أنجـب، ومنهـم مَـنْ يعتـبر أنـه كـي يـربي رجـلًا عليـه مـن التخفيـف مـن الحاجـات «المايعـة» ديـه، وهنـا أقـول لـه إننـا نـرى رجـالًا رائعـين لكـن الحيـاة معهـم لا تسـمن ولا تغنـي مـن جـوع، فهـم رائعـين حـين تقدمهـم للآخريـن، للعـرض فقـط، لكـن الحيـاة معهـم تجعـل الإنسـان دائـمًا في حالـة عـوز، إحتيـاج لأنـك أقمـت بنـاءً لكنـك لم تقـم إنسـانًا، ومنهـم مَـنْ يقـول عشـان أحمـي البنـت مـن إنهـا تبقـى عـاوزة حضـن وكلام فـاضي مـن ده وإنتـي عارفـة الدنيـا يـا دكتـورة بقـت عاملـة إزاي!! ولهـؤلاء أقـول ببسـاطة إن الكثـيرات ممـن يعملـن في الجنـس المبـاع أو البغـاء حـين تجمعنـا بهـن دراسـة، أو تـأتي لمشـكلة مـا مـن تعلـق أو غـيره، وحـين مراجعـة قصـص حياتهـن نجدهـن لم يتـم إحتضانهـن في أسرهـم، والإحتضـان الـذي تحـرم إبنتـك منـه كـي لا تعتـاد جسـد الرجل-رغـم إنـك أبوهـا- لم يحمـي هـؤلاء مـن أن يقعـن فيـما لا تتخيلـه.

بــل إن بعــض الفتيــات يدفعــن في هــذا الحضــن الــذي حرمتــه منهــا الكثــير، لأن المــرأة قــد تكتفــي بحضــن ولكــن الرجــل لا يســتطيع وقــف الأمــر عنــد هــذا الحــد فتدفــع البنــت مــالا تطيــق لتأخــذ مــا تتمنــى!!!

الإحتضــان هــو أحــد الشــهادات الكــبرى لقبــول الطفــل لنفســه، بــل الراشــد لنفســه، وبالتــالي ففكــرة عــدم إحتضانــه، لمــس جســده، ضمــه إلى صدورنــا، يجعلــه دائــمًا خائــف حتــى لــو لم يكــن يعــرف مــا يخيفــه، جامــدًا حتــى لــو تحــرك قلبــه نحــو شــخص أحــل الله علاقتــه بــه.

الأطفــال الذيــن لا يحتضنهــم آباءهــم لا ينقصــون شــيئًا عــن الأيتــام، فالمــأكل والمــشرب والملبــس وكان النــوم والمــأوى يمكــن لأي شــخص أن يعطيــه للإنســان، لكــن الإحتضــان، تلــك الحالــة التــي تلــف فيهــا يديــك عــلى ابنــك لتقــول لــه أنــا أحتويــك، أو تســمعه صــوت قلبــك، أو يقــترب مــن أول رائحــة نشــأ فيــه قبــل أن نــراه نحــن وهــو في رحــم أمــه، كلهــا أمــور لا يمكــن لغــيرك أن يعطيهــا لطفلــك.

حالـة شـبع حقيقيـة، قـد يعيـش ابنـك في بيتـك وهـو جائـع لهـا لأنـك قـررت أن تشـبع بطنـه ونسـيت أن تشـبع نفسـه.

ربـما لـن أسـوق لـك حالـة بعينهـا، لأن كلامهـم عـن أهاليهـم قـاسي، وبـه قـدر مـن التعـدي، مهـما كان مسـتواهم الإجتماعـي، أو الثقـافي، لكنـي سـأقول لـك أن الكثـيرات ممـن يخفـن اللمـس، أو الإقـتراب منهـن حتى بشـكل عـادي ومبالغ فيـه، وهـؤلاء اللاتي يتوجسـن مـن كل المحيطين بهـن لم يحصلوا عـلى إحتضـان حقيقـي في طفولتهـن، يمكنهـن مـن إسـتيعاب أن القـرب بالجسـد ليـس بغـاءً، وليـس إجرامًـا، وأنـه ليـس اسـتخدامًا لهـا لمتعـة آخـر، بـل هـو حالـة مـن الوفاق الإنسـاني لهـا شروطهـا الدينيـة والمجتمعيـة إن توفـرت فهـي مقبولـة.

لم تتعلـم أن الجسـد أحـد موصـلات الرسـائل بـين البـشر وأن السـلام والقـرب يكفـي لأن تحكمـي عـلى قـرب صديقتـك، أو ضيقهـا منـك، تكفـي لأن يوصـل لكـي ابنـك قلقـه، أو سـعادته، يكفـي لأن تعـرفي حالـة زوجـك وقـدر اشـتياقه لكـي كإنسـانة وليـس آلـة إشـباع.

يحتاج الأمر إلى مزيد من السعي الحقيقي حتى لو كان لديك مشكلة مع القرب الجسدي حاولي أن تكسريه، وتتركي نفسك لأولادك، تعيشي في أحضانهم، تحتضنيهم بقلبك، وليس لمجرد تسديد خانة، أو معلومات حفظتيها، فمن بين الموضات الجديدة التي تأتينا من حوالي عام أن تأتي الأم تقول أنها تقدم لطفلها كل المطلوب لرعايته، حتى عدد الحضنات اللي المفروض ياخدها في اليوم اللي هي في عمره الآن ٩ حضانات!!!

رأيت إحداهن وهي تحتضن ابنها الحضن الذي تعده بالأرقام، أقسم لك إنني شعرت بالألم للطفل الذي لم يأخذ منه سوى تأييد حركته للحظات ثم سماع كلمة «أي لاف يو» ورد هو عليها «مي تو» وإنتهى الأمر!!!

إجتهدوا في إحتضان أطفالكم، ساعدوهم أن يتقبلوا جسمهم، أن تسمعوا آنات قلوبهم، أن تضعوا رؤوسكم على رؤوسهم لتقولوا لهم أنكم خُلقتوا لتظلوهم فلا تصل لهم هموم الدنيا، وأنكم العازل الذي يحميهم.

ستتعلموا كثيرًا من حضن أطفالكم، ستعرفوا الكثير عنهم دون نطق كلمة واحدة، سيأتي مهرولًا إلى حضنك ليحكي كل شئ حين يشعر بأمان نفسك الذي تتنفسيه حوله ..


القاعدة
الثلاثون

عدم حفظ أسرار الطفل ومعايرته بها

أسرت أن أضع هـذه النقطـة في ختـام أهـم الأمـور التـي تؤثـر عـلى الصحـة النفسـية للطفـل لأننـا في الوطـن العـربي نعتـبر الطفـل ملكيـة خاصـة نفعـل فيهـا مـا نشـاء، وبالتـالي فإننـا نتحـدث عنـه وعـن خصوصياتـه دون أدنـى شـعور بتأنيـب الضمـير، فمشـاعية حياتـه مـن وجهـة نظرنـا، وإنخفـاض قيمـة أسراره مـن وجهـة نظرنـا أيضًـا تجعلنـا لا نلتفـت إلى أن مـا يضعـه لدينـا مـن أسرار يعطيـه درسًـا مجانيًـا في شـعوره بالأمـان معنـا.

فليـس مـن حقـك كأب أو أم أن تتحـدث في أمـوره الشـخصية مهـما كانـت بسيطة مـع أختـك أو صديقتـك لأنك تشـعر معهـم بالقـرب، فـما لـه هـو لـه، يخصـه هـو، وفيـه

يجـرب هـو مـدى أمانتـك معـه ومـع مـا يدخـره عنـدك فإمـا أن يعتـبرك شــخص أمـين عـلى حياتـه أو يظـل يبحــث عـن ذلـك وربـما يدفـع ثمنـه مبالغًـا حـين يجـده عند شـخص آخر.

الكثـير مـن أولئـك المراهقـين الذيـن يتألمـون حـين يأتـون لاستشـارة مـع ذويهـم أسـألهم بعـد أن ينتهـوا مـن روايـة مـا يعذبهـم: يـا تـرى ليـه مـا حاولتـش أو مـا حاولتيـش تقـول لمـا الأمـور ديـه يمكـن كانـت قـدرت تسـاعدك عـلى مواجهتهـا أو وقفهـا معـك أو دعمـك فيهـا..

فتكـون الإجابـة: مامـا/ بابـا مـش بيحافظـوا عـلى الـلي بقولـه لهـم، يعنـي لـو قلـت الـكلام ده هلاقيـه مـع خـالاتي، أو عـماتي، والموضـوع هيبقـى صعـب بالنسـبة لي، أو عـلى الأقـل في كل مـرة هايحصـل أي موقـف هايعـيروني بالـلي قولتـه، كل مـرة هايفكـروني بالـلي إتعرضـت لـه!!

كتـير ولادكـم بيبقـى نفسـهم يحكـوا لكـن لإنهـم جربـوا أن ذلـك ليـس فكـرة آمنـة عزلـوا عنهـا، توقفـوا رغـم الحاجـة.

الطفـل لـه أسرار مهـما كانـت في نظـرك بسـيطة، فتأخـره في ضبـط التبـول، أو خوفـه ممـا قـد يخـرج لـه مـن تحـت السريـر، أو تعرضـه للـضرب مـن طفـل آخـر، أو الإبتـزاز، هزيمتـه في موقـف مـا في المدرسـة، شـعوره بميـل وجـداني طفـولي نحـو طفـل أو طفلـة مـن الجنس الآخـر، أفـكاره عـن ربنـا، طفوليـة عرضـه لبعـض الموضوعـات ليـس مـادة للنـشر في جلسـات الأهـل، ولا الماميـز عـلى الإنترنـت، ولا مجـال لتوثيقهـا مـع آخريـن.

احـذروا مـن ألا يعتبركـم أولادكـم مصـدر ثقـة ويبحثـوا عـن آخريـن يـسرون لهـم مواقفهـم، حياتهـم، فـالأسرار تبنـي جسرًا مـن الثقـة، أنـت كشـخص كبـير سـتجد نفسـك تبحـث عـن شـخص مـا حينـما يكـون لديـك شـئ معـين تعتـبره جـزءً هامًـا مـن حياتـك كـي تـسره لشـخص، بـل أن بعضنـا قـد يحتفـظ بلسـانه مربوطًـا عـن ألم أو وجـع أو موقـف شـديد التأثـير عـلى حياتـه انتظـارًا لشـخص معـين يقولـه لـه، إن سـألت نفسـك عـن مواصفـات هـذا الشـخص بموضوعيـة

بخــلاف عاطفتــك نحــوه ســتجد أن عقلــك وقلبــك يرونــه مصــدر ثقــة لأسرارك، لــن يخــرج مــن لقــاءك إلا وقــد دفنهــا لتمــوت قبلــه خوفًــا مــن أن تخــرج منــه في أي موقــف، إضافــةً طبعًــا إلى أنــه لــن يعايــرك بــه يومًــا مــا، لــن يقــول لــك فعلــت وفعلــت، وإحــترازًا منــه عــلى ذلــك وأخــذًا بالأحــوط يقــوم كــما قلــت لــك بدفنــه قبــل أن يتحــرك مــن مجلســه معــك.

إن إخراجــك لــسر ابنــك أو معايرتــه بــه لاحقًــا يبعــد بينكــم المســافات، ثــم أن معايرتــه بــه تجعلــه يفكــر ألــف مرة مهــما كان محتــاج لمســاعدة فإنــه لــن يُقبــل عــلى طلبهــا منــك لأنــه يعلــم مــا ينتظــره لاحقًــا، ومــا قــد يجعلــك مثــلًا لا تــق في حكمــه طــوال عمــره.

الحــالات في هــذا الأمــر كثــيرة وكثــيرة، وأنــت شــخصيًا ربــما مــر بــك موقــف مشــابه صغــيرًا أو كبــيرًا، فهــل تعلــم أن شــكوى بعــض الأزواج مــن أن الطــرف الآخر لا يخبرهــم شــيئ عــن أسرار حياتــه لأنــه إمــا يخــبر بهــا الآخريــن، أو يعايــره بهــا طــوال مراحــل زواجهــم، بانــه لا يســتطيع الحكــم عــلى النــاس

مثلًا لأن شخص كان يثق فيه ولم يكن كذلك، أو إنه لا يفهم في الشراء لأنه اشتري شئ من مكان ووجده الآخر أقل أو غير ذلك من المعايرات اللطيفة الشهيرة بين الرفاق والتي تدرب بعضنا عليها خلال مرحلة تربيته لأن أحد الوالدين لم يعلم الطفل أن له خصوصية، وأننا حين نسر أخطاءنا لشخص ثقة لا يجب أن يظل يحكم علينا من خلالها.

خاتمة

التربية صعبة، خاصةً في ظل كل التحديات التي تفرض نفسها علينا، حاولت في الكتاب مساعدتك كأم أو أب في الاهتمام بالتربية النفسية للأطفال مع خالص احترامي لكل الأمور الضاغطة التي قد تجعلك تنسى بعض هذه القواعد، لكن ما دمنا على قيد الحياة فإن القاعدة، ما لا يدرك كله لا يترك كله..

د/داليا الشيمي

الكاتبة في سطور

دكتورة: داليا الشيمى

العمل الحالي:

- مدير مركز «عين على بكرة للمساندة النفسية والتنمية الأسرية» للاستشارات والاختبارات والتدريب النفسي ومختلف المشكلات الأسرية والزوجية .
- مؤسس موقع عين على بكرة للمساندة النفسية والتنمية الأسرية والإدارية http://www.3ain3alabokra.com

المؤهلات:

حاصلة على الدكتوراة بتقدير إمتياز مع مرتبة الشرف الأولى.

كلية الآداب - قسم علم النفس - بجامعة عين شمس.

- حاصلة على دبلوم إدارة الأزمات من جامعة عين شمس.

- حاصلة علـــى تدريب عـــلاج عقلاني انفعالي ســـلوكي لعلاج الوســـواس القهري و الإكتئـــاب والقلق .
- حاصلة على تدريب في الإرشاد النفسي جامعة عين شمس..
- حاصلة على دبلـــوم تخاطب وأمراض اللغـــة والكلام من معهد الســـمع والكلام التابع لوزارة الصحة.

الخبرات العلمية:

- تدريـــس الجانـــب العملـــي للمـــواد الدراســـية بالفـــرق الدراســـية المختلفـــة بكليـــة الآداب جامعـــة عـــين شمـــس (كعضـــو منتـــدب) منـــذ عـــام ١٩٩٨ م وإلى ٢٠٠٨
- العمل كأخصائي تقييم نفسي بعيادة البلوغ بمستشفى الجلاء التعليمي من عام ٢٠٠٠ ٢٠٠١ م. ثم بعيادة الوراثة
- العمل كأخصائي تقييـــم وتنمية مهارات وتدخل مبكر للأطفال المعاقين بعيادة الوراثة بمستشـــفى الجلاء منذ عام ٢٠٠٤ وحتى ٢٠١٠
- العمل في التقييم والعلاج النفسي للحالات النفسية والاضطرابات المصاحبة للإدمان في عيادة د/اســـكندر جريس مستشـــار الطب النفسي منذ عام ٢٠٠١ م وإلى الآن..

- الانتداب إلى مركز الخدمة النفسية التابع لجامعة عين شمس لتطبيق الاختبارات النفسية المختلفة عام ٢٠٠٣ م.
- مدرب فى المشروع الألمانى لتنمية المرأة والمجتمع..
- مدرب للمرشدين النفسيين العاملين فى مجال تقديم المشورة بمراكز الشباب بالتعاون مع جمعية الشباب «خطوة للمستقبل» واليونيسيف بمحافظات مصر المختلفة.
- أحد أعضاء فريق المساندة النفسية المصرى الذى سافر للبنان وقت الحرب لتأهيل الأطفال والمراهقين وتدريب الجمعيات الأهلية على التعامل مع الأطفال فى الحروب والكوارث بالإشتراك مع قطر الخيرية ومركز ميديا انترناشيونال.
- المشاركة في الدعم النفسي لنازحي مخيم نهر البارد في لبنان ٢٠٠٧ على مدار سفرتين.
- المشاركة في المساندة النفسية للفلسطينيين في العدوان الصهيوني ديسمبر ٢٠٠٨ وتأهيل عدد من الفرق هناك وجلسات لدعم العاملين في الدفاع المدني.
- عقد دروات تدريبية لحقوق المرأة والتمكين وتضمنت برنامج المرأة العربية تتكلم، وتغيير الإتجاهات السلبية نحو المرأة، أشكال التمييز ضد المراة وآرها النفسية، وإعداد قيادات المجتمع المدني من النساء لصالح عدة جمعيات منها الجمعية المصرية للتنمية الشاملة ومؤسسة تنمية الأسرة وغيرها (وذلك بالمناطق العشوائية التي تشمل أرض اللواء والمرج ودار السلام وغيرها من المناطق).

- عقد دورات تدريبية في دولة قطر لموضوعات عدة عام ٢٠١٢ - ٢٠١٠ تضمنـــت: دورات للمعلمين حول التعامل مع الطلاب الموهوبين - صعوبات التعلم - التعامل مع المراهقات.
- المستشـــار النفســـي لعدة جمعيات أهلية وخيرية وتنموية وبعض المدارس الدولية.
- عقد دورات تدريبية في دولة لبنان مايو ٢٠١٣ وحتى ٢٠١٦ في عدة موضوعات تتعلق بتأهيل المعلمين والأسر والمديرين والمقبلين على الزواج وغيرها.
- تنظيم بعض الدورات بالإشـــتراك مع بعض المراكز الخاصة، في موضوعات:

مواجهـــة الضغـــوط للمديريـــن، والتواصل الفعـــال، والعلاقات الزوجيـــة، والتربيـــة النفســـية والتربويـــة للطفل،تأهيـــل المعلمين للتعامـــل مع الفئات المختلفة، التعامل مـــع المراهق، تأهيل العاملين مـــع الأيتام، التعامل مع المرأة بعد الطـــلاق، الأزمات والكوارث. ادارة الوقت، معرفة الذات والأخر فى العمل، الإدارة الإشـــرافية، رفع الروح المعنوية للعاملين، نماذج الإدارة، تأهيل الأطفال للقيادة، الطفل المبدع وإكتشـــاف المبدعين، طرق التفكير ورفع الدافعية للتفكير الإبداعي، تقييم الوظائـــف.. وغيرها من الموضوعات.

المؤلفات:

- كتاب مشـــترك للمساندة النفســية لمتضررى الحروب والكوارث للأطفال والمراهقين..
- كتاب فردى عن مدرســة مابعد الحرب.. كيف يستطيع المعلم التعامل مع الأطفال بعد الحرب
- كتاب بعنوان)تعديل ســلوك الاطفال(دليل الوالدين والمعلمين - الناشر الدار العربية للعلوم والنشر ٢٠٠٩ .
- كتاب (في بيتنا مراهق) الناشـــر الأهرام للتوزيع والنشــر ٢٠١

شهادات التقدير:

- حاصلة على شهادة تقدير للتميز العلمي من كلية الآداب جامعة عين شمس ١٩٩٦ م.
- حاصلة على شهادة تقدير من مؤتمر علم النفس باسم أ.د / فرج عبد القادر طه للتفوق العلمي ١٩٩٧ م.
- حاصلة على شهادة تقدير للاشتراك مع مركز الخدمة النفسية بجامعة عين شمس في تنظيم بعض الدورات عام ٢٠٠٣ م.
- حاصلة على شهادة تقدير من الشيخ القرضاوى.. لما قدمته من تدريب للبنانيين فى حربهم ٢٠٠٦ .
- حاصلة على شهادة تقدير من رئيس مجلس الوزراء المصري باتحاد الأطباء العرب على الجهود المقدمة للدعم النفسي لغزة ٢٠٠٨

- حاصلة على شهادة تقدير من الهلال الأحمر العربي من مركزه الرئيسي بالمملكة العربية السعودية ٢٠٠٩ .
- حاصلة على شـــهادة تقدير من مؤتمر جمعيـــة تكافل للأطفال بدولة لبنان الشـــقيقة ٢٠١٠

المؤتمرات التي شاركت فيها:

- مؤتمر حمايـــة الأطفال من العنف والإهمال والإســـاءة - يونيه ٢٠٠٧ بصنعاء - اليمن
- المشاركة فى مؤتمر حماية الأطفال « نحو طفولة أمنة « بجامعة تعز باليمن شهر نوفمبر ٢٠٠٧ ..
- المشاركة في مؤتمر تكافل الثاني لحماية الطفولة الذي عقد في بيروت إبريل ٢٠١٠
- المشـــاركة في مؤتمر العلوم الإجتماعية الذي عقد في العاصمة التركية أنقرة ديسمبر ٢٠١٠ .
- المشاركة في مؤتمر الواقع النفسي والإجتماعي للمرأة في المجلس الأعلى للثقافة ديسمبر ٢٠١٠ بالقاهرة.
- المشاركة في مؤتمر «فداك يا قدس» و «التنشئة الإسلامية النفسية الصحيحة» في الجزائر العاصمة مايو ٢٠١٣ .

اللقاءات الإعلامية:

- الاشتراك في عدة برامج مع القنوات المصرية والفضائية والكتابة لعدة جرائد ومجلات عربية.

الفهرس


کتاب